



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”Tuu pelaa yysee mun kaa!!!”

Your choice - Sinun valintasi

Suunnitelma ennaltaehkäisevää

päihdetyötä tukevasta

mobiilisovelluksesta

Niemi, Tanja
Tuovio, Anna

Laurea-ammattikorkeakoulu
Otaniemi
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Helsinki

”Tuu pelaa yysee mun kaa!!!”
Your choice - Sinun valintasi
Suunnitelma ennaltaehkäisevää päihdetyötä
tukevasta mobiilisovelluksesta

Tanja Niemi
Anna Tuovio
Johtaminen perhekeskeisessä
työssä (YAMK)
Opinnäytetyö
Huhtikuu, 2015

Tanja Niemi, Anna Tuovio

”Tuu pelaa yysee mun kaa!!!

Your Choice - Sinun valintasi

Suunnitelma ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevasta mobiilisovelluksesta

Vuosi 2015

Sivumäärä 74

Tutkimusten mukaan alkoholin ja tupakan käyttö on 2000-luvulla vähentynyt ja raittiiden nuorten määrä lisääntynyt. Alkoholi on edelleen suomalaisten eniten käyttämä päihde, myös nuorten keskuudessa. Silti erilaisten huumeiden kokeilu on kasvanut säännöllisesti. Nuorten elämässä kavereiden merkitys on suuri ja suosioista kamppaillaan monin keinoin. Nuoruuteen liittyvät usein myös huono käytös ja päihdekokeilut. Päihteiden käytöstä on haittaa aivojen rakenteelliselle kehitykselle. Päihdetyön tarkoituksena on antaa nuorille tukea itsenäisiin ja perusteltuihin ratkaisuihin.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on saada nuoret sovelluksen avulla ymmärtämään päihdeidenkäytön riskit ja välttämään päihteiden käyttöä. Parempi tietämys auttaa nuoria ratkaisujen teossa ja lisää nuorten omaa elämänhallinnan tunnetta. Tavoitteena oli luoda suunnitelma nuorille suunnatun, ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen sisällöstä, jonka suunnitteluun nuoret itse osallistuivat. Tähän tavoitteeseen päästiin seuraavia tutkimuskysymyksiä käyttäen: 1. Miten nuorten elämässä näkyy päihteiden käyttö? 2. Miten nuorten elämässä näkyy mobiilisovellusten käyttö? 3. Miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön?

Opinnäytetyö toteutettiin osallistavana toimintatutkimuksena. Tutkimuksen kohdejoukon muodostivat Pääkaupunkiseudun partiolaiset ry:n aktiivisista nuorista koostuva tyttöryhmä ja poikaryhmä. Yhteensä nuoria oli yhdeksän, kaikki iältään 14 - 16 -vuotiaita. Aineisto kerättiin syksyn 2014 ja talven 2015 aikana sekä analysoitiin kevättalvesta 2015. Analyysimenetelminä käytettiin teemoittelua ja sisällön erittelyä.

Opinnäytetyön lopputuloksena syntyi peli, jossa seikkailee pelaajan luoma avatar hahmo. Peli rakentuu avatarin pelissä tekemille ratkaisuille. Suunniteltua mobiilisovellusta voisi mahdollisesti tulevaisuudessa hyödyntää erilaisten päihdetyötä tekevien organisaatioiden toimesta. Sovellus on hyvin muunneltavissa eri kohderyhmille. Tulevaisuudessa mobiilisovelluksesta voisivat hyötyä nuorten ohella hyvinvointiteknologia- ja peliyritykset sekä nuorten parissa työskentelevät.

Asiasanat: ennaltaehkäisevä päihdetyö, nuoret, mobiilisovellus, opetuspelejä, hyötypeli, palvelumuotoilu

Master's degree programme in health promotion
Leadership in family-oriented work

Tanja Niemi, Anna Tuovio

“Come and play yyce with me!!!”

Your Choice

Concept design of a mobile application for preventive substance abuse work

Year	2015	Pages	74
------	------	-------	----

According to studies the use of alcohol and tobacco has decreased in the 21st century and the number of sober young people has risen. Alcohol is still the most widely consumed intoxicant in Finland also among young people. Still, experimenting with different kinds of drugs has increased regularly. The importance of friends is significant in adolescence and young people fight for their popularity among their peer group in many ways. Bad behavior and experimenting with drugs are often linked in youth. Using drugs is harmful for the brain development. The purpose of preventive intoxicant work is to support the young and encourage them to make individual decisions.

Through a mobile application it was intended to make the young aware of the risks of intoxicants and prevent them from using intoxicants. The purpose of this thesis was to create content for a mobile application for the use of preventive substance abuse work in joint planning with young people. The goal was reached by the means of the research questions: 1. How does the use of intoxicants manifest itself in young people's lives? 2. How does the use of mobile applications manifest itself in young people's lives? 3. How would the young themselves combine a mobile application and preventive work with intoxicant abusers?

This thesis was a participatory action research. The target group, of this study a girl group and a boy group, was selected from young people active in The Helsinki Metropolitan Area Guides and Scouts. Altogether there were nine young people between 14 - 16 years of age. The data was collected during the autumn 2014 and winter 2015 and was analyzed in the early spring 2015. The analysis methods were thematic analysis and content differentiation.

The final end result of the thesis was a game: an Avatar which is created by a player features in the game. The game builds on decisions the Avatar makes in the game. The designed application could be used in different kinds of organizations involved in preventive substance abuse work in the future. The application is very modifiable. In the future the young could benefit from this mobile application along with welfare technology companies, game companies and professionals working with young people.

Keywords: preventive substance abuse work, the young, mobile application, learning game, serious game, service design

Sisällys

1	Johdanto	7
2	Opinnäytetyön taustaa	8
2.1	mHealth booster-hanke	8
2.2	Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	9
3	Opinnäytetyön viitekehys ja keskeiset käsitteet	10
3.1	Nuoret	11
3.2	Nuoret ja päihteet	12
3.3	Ennaltaehkäisevä päihdetyö.....	15
3.4	Pelillisuus	16
3.5	Opetuspelit	18
3.6	Mobiilisovellukset	19
3.7	Palvelumuotoilu	20
3.8	Nuoret, kaverit ja netinkäyttö.....	21
4	Pelisuunnittelu	22
4.1	Pelin määritelmä	22
4.2	Sovelluksen suunnittelu	23
4.3	Hyvän pelin ominaisuudet	23
5	Tutkimuksen menetelmälliset ratkaisut	25
5.1	Opinnäytetyön aiheen ja menetelmän valinta	25
5.2	Toimintatutkimus	26
5.3	Design -tutkimus.....	28
5.4	Tutkimusaineiston hankinta	29
5.4.1	Osallistujat laadullisessa tutkimuksessa	29
5.4.2	Teemahaastattelu.....	31
5.4.3	Havainnointi.....	34
5.5	Aineiston analyysimenetelmät	36
5.6	Opinnäytetyön ajallinen eteneminen.....	37
6	Mobiilisovelluksen suunnitelman sisällön kokoaminen: Your choice - Sinun valintasi mobiilisovellus.....	39
6.1	Your choice - Sinun valintasi mobiilisovelluksen sisältö.....	39
6.1.1	Menetelmä.....	39
6.1.2	Avatar	39
6.1.3	Kulku.....	40
6.1.4	Pelin muotoilu	44
6.1.5	Käytettävyys	45
6.1.6	Sisältö	46
6.1.7	Ulkonäkö	46

6.1.8	Äänet	47
7	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	47
7.1	Tutkimuksen eettisyys.....	47
7.2	Tutkimuksen luotettavuus	50
8	Tulosten tarkastelu	55
9	Jatkohaasteet.....	59
	Lähteet	61
	Kuviot	65
	Liitteet.....	66

1 Johdanto

Tupakan ja alkoholin käytön vähentyessä on muiden päihteiden käyttö lisääntynyt (Fröjd, Kalliala-Heino, Ranta, Pahlen von der, Marttunen 2009, 17; Seppälä & Mikkola 2004, 17). Vuonna 2004 tehdyn selvityksen mukaan huumausaineiden käyttö Suomessa on lisääntynyt 1990-luvulta lähtien (Seppälä & Mikkola 2004, 17) ja vuodesta 2007 erilaisten huumeiden kokeilu on kasvanut säännöllisesti (Koste 2014, 45 - 46). Huumeiden käyttö ja sen monimuotoistuminen liittyy useisiin kansainvälisiin nuorisokulttuureihin. Huumeidenkäytön muutos on haaste ennaltaehkäisevälle päihdetyölle. (Seppälä & Mikkola 2004, 17.) Päihteiden käytön lisääntyessä myös ennaltaehkäisevän päihdetyön rooli kasvaa päihdehaittojen torjumisessa. Valitsimme tutkimuksen aiheeksi ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen suunnittelun, sillä haluamme tutkimuksella tarjota nuorille mielekkäitä välineitä omaksua ennaltaehkäisevää päihdetyötä sisältävää tietoa ja tarjota ennaltaehkäisevälle päihdetyölle uusia työkaluja, joista nuoret pitävät. Mobiilisovellukset olemme valinneet tutkimuksen aiheeksi älypuhelinien yleisyyden ja mobiilisovellusten helppokäyttöisyyden sekä saatavuuden vuoksi.

Mobiilisovellukset tarjoavat helpon tavan saavuttaa nuoret. Nuoret pelaavat yhä enemmän erilaisia pelejä älypuhelimillaan, mikä tarjoaa oivan mahdollisuuden ennaltaehkäisevälle päihdetyölle tuoda tietoa ja välineitä nuorten arkeen, jossa päihteitä on paljon tarjolla. Yhdysvalloissa tehtyjen tutkimusten mukaan videopelien ja mobiilisovellusten käytöllä on mahdollista vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen. Videopelien ja mobiilisovellusten avulla voidaan ennaltaehkäistä ja lisätä nuorten itsehallintaa kroonisten sairauksien yhteydessä. Terveyspelejä on käytetty Yhdysvalloissa muun muassa nuorten diabeteksen hoidossa sekä nuorten itsehallinnan lisäämisessä diabeteksen hoitamisessa. Pelejä ja erityisesti mobiilisovelluksia on käytetty aikuisiän diabeteksen ennaltaehkäisyssä sekä tupakoinnin lopettamisessa. (Thompson 2012.)

Erilaisia liikunta-aktiivisuutta ja terveyttä mittaavia älypuhelinsovelluksia on markkinoilla jo valmiina, mutta varsinaisia terveyteen liittyviä mobiilisovelluksia ei ole. Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tärkeä. Terveys ja niihin yhdistetyt mobiilisovellukset ovat tuleva megatrendi. Opinnäytetyön tavoitteena on saada nuoret suunnittelemaan ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukeva mobiilisovellus, jota he haluaisivat pelata. Tähän tavoitteeseen päästään, kun vastataan seuraaviin tutkimuskysymyksiin: 1. Miten nuorten elämässä näkyy päihteiden käyttö? 2. Miten nuorten elämässä näkyy mobiilisovellusten käyttö? 3. Miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön? Tässä tutkimuksessa selvitimme, millaisia mobiilisovelluksia nuoret pelaavat mieluiten ja kuinka yhdistäisimme niihin sovelluksiin päihdetyön ennaltaehkäisevän puolen. Annoimme nuorille työvälineet ja he saivat itse suunnitella ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen suunnitelman sisällön.

Teoreettinen viitekehys on tutkimusilmiöömme liittyvän tutkimuksen tarkempaa esittelyä. Lähestymme tutkimuskohdetta keskeisten käsitteiden avulla. Tutkimuksessa keskeisinä käsitteinä ovat: ennaltaehkäisevä päihdetyö, nuoret, pelit (games, serious games, learning games), palvelumuotoilu (service design) ja mobiilisovellus. Yleensä tutkimuksen aihe paljastaa jo sen keskeiset käsitteet. Tutkimuksemme teoriaosuudessa ja viitekehyksessä tarkastelemme empiirisen osan perusteita ja lähtökohtia. Käsitteet ovat selkeä näkökulma tutkittavaan ilmiöön. (Willberg 2009, 1 - 6.) Teoreettista viitekehystä tarvitaan hyviä tulkintoja varten ja keskeisten käsitteiden avulla päästään tutkimusaineistossa olevien ilmaisujen, työkäsitteiden, kulttuurikäsitteiden, maailmankuvien, ihmiskäsitteiden, minäkuvien ja ideologioitten taakse. (Anttila 2005, 392.)

Opinnäytetyö alkaa osuudella, joka käsittelee tutkimuksen taustalla olevaa mHealth booster-hanketta ja tutkimuskysymyksiä sekä tavoitetta. Tämän jälkeen tutustutaan tutkimuksen teoriaosuuteen ja siihen liittyviin ilmiöihin. Opinnäytetyön toteuttamiseen liittyvässä luvussa käsitellään menetelmänvalinta ja aineistonhankinta, tutkimustavan valinta, teemahaastattelut, havainnointi, aineiston analyysi ja opinnäytetyön ajallinen eteneminen. Opinnäytetyön päättävät tulokset-, eettisyys ja luotettavuus- sekä tulosten tarkastelu ja jatkohaasteet -osiot.

2 Opinnäytetyön taustaa

Tässä opinnäytetyössä nuoret suunnittelivat mobiilisovelluksen suunnitelman sisällön, jonka tarkoituksena on tukea ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Ajatus pelistä lähti, kun kuulimme Health Booster hankkeesta sekä maininnan päihdenuorista kohderyhmänä. Nykyään niin nuoret kuin aikuiset käyttävät päivittäin älypuhelimia tai tabletteja, jotka mahdollistavat pääsyn internettiin käytännössä milloin tahansa. Nuoret ovat alkaneet enenevässä määrin myös pelaamaan pelejä mobiililaitteillaan. Innostuimme mahdollisuudesta hyödyntää mobiililaitteiden yleisyyttä ja käyttöä ennaltaehkäisevän päihdetyön nimissä.

2.1 mHealth booster-hanke

Opinnäytetyömme liittyy mHealth booster-hankkeeseen, joka on ESR:n ja Uudenmaan ELY-keskuksen rahoittama hanke. Hanke toteutettiin yhteistyössä Laurea Otaniemen ja Laurea Tikkurilan kanssa ajalla 1.8.2013 - 31.12.2014. MHealth booster-hankkeen tavoitteina olivat pääkaupunkiseudun yritysten liiketoiminnan edistäminen ja kasvattaminen, yritysten tarjonnan ja käyttäjien tarpeiden kohtaaminen sekä lisätä työpaikkoja kasvavalle mHealth alalle ja kohdistaa työpaikat työttömille ICT-alan osaajille. Hyvinvointiteknologiatuotteita ja palveluita kehitetään tukemaan ihmisten hyvinvointia, kuntoutumista ja kotona selviytymistä. Opinnäytetyössä keskitymme hyvinvointiteknologian tuomiseen nuorten arkeen. (Ryhänen & Lehto 2014, 10 - 12.)

Mobiiliteknologia on keskeisessä asemassa kun kehitetään uusia ratkaisuja terveys- ja hyvinvointimarkkinoille. Omaehtoisen terveyden hallinnan korostuminen, informaatioteknologian kasvu ja kuluttajille suoraan suunnatut palvelut ovat keskeisiä vaikuttavia tekijöitä. Kohde-ryhmänä mHealth boosterissa ovat hyvinvointiteknologiayritykset. Ne pyrkivät kasvattamaan työvoimaansa ja ovat aktiivisia tuotekehittäjiä. Kansainvälisesti kilpailukykyisten sovellusten kehittämisen mahdollistaa Uudenmaan mobiiliosaaminen sekä Suomen terveydenhuoltojärjestelmä. (Ryhänen & Lehto 2014, 9.)

Kehitysympäristönä mHealth booster hankkeelle toimivat erilaiset palveluiden testaus- ja kehitysympäristöt, joissa tuotteita voi testata ja sen jälkeen tuotteita voidaan arvioida vaikuttavuuden näkökulmasta. Vaikuttavuutta tarkastellaan ympäristön, oppimisen ja osaamisen, talouden ja uudistumisen sekä hyvinvoinnin näkökulmasta. Tarkoituksena on tuottaa yrityksille hyvät suositukset tuotteiden markkinointiin, myyntiin sekä levittämiseen kansallisesti ja kansainvälisesti. Vantaalla kehitysympäristönä toimii teknologialainaamo, joka on suunnattu aktiivisille senioreille sekä heidän omaisilleen. Vantaalla nuorille suunnatun mobiilisovelluksen on tarkoitus tukea nuoren oman elämän hallintaa. Espoossa kehitysympäristöissä voi tutustua yritysten ennaltaehkäiseviin hyvinvointia sekä kotona selviytymistä tukeviin palveluihin ja tuotteisiin eri-ikäisille asiakkaille. (Ryhänen & Lehto 2014, 22 - 25.) Tämä tutkimus suunnattiin nuorille ja ennaltaehkäisevään päihdetyöhön. Nuoret suunnittelivat keräämämme teoriatiedon pohjalta mobiilisovelluksen, joka tukee nuoren oman elämän hallintaa.

2.2 Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

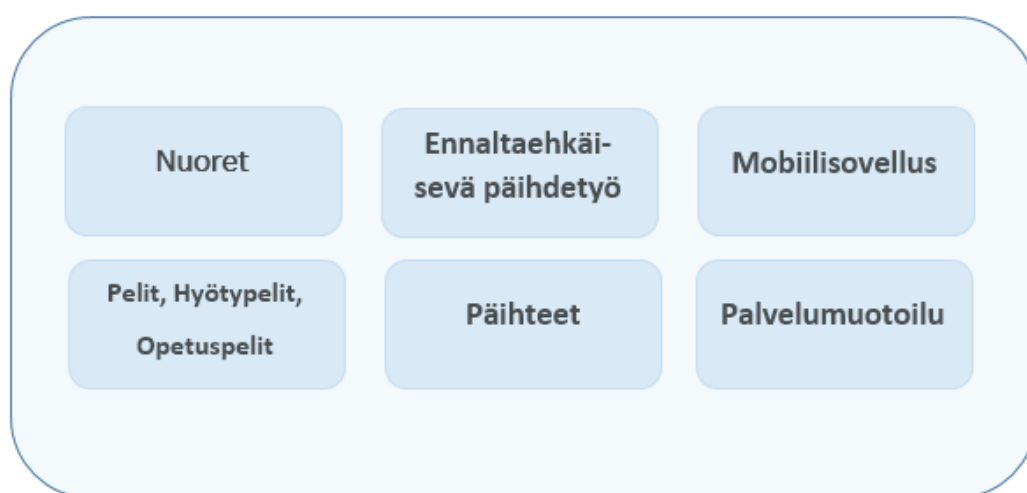
Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää nuorille tehtävien teemahaastattelujen avulla ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukeva mobiilisovellus, joka on tarkoitettu nuorille. Mobiilisovelluksen avulla nuoret saavat enemmän tietoa päihteiden vaikutuksista, mikä herättää nuoret miettimään päihteidenkäyttöä. Sovelluksen tarkoituksena on kertoa nuorille tietoa päihteiden vaikutuksista, joka lisää nuorten omaa elämänhallinnan tunnetta. Samalla peli on mielenkiintoinen, jotta kiinnostus pelaamiseen pysyy.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli luoda suunnitelma nuorille suunnatun, ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen sisällöstä, jonka suunnitteluun nuoret itse osallistuivat. Tähän tavoitteeseen päästään kun vastataan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten nuorten elämässä näkyy päihteiden käyttö?
2. Miten nuorten elämässä näkyy mobiilisovellusten käyttö?
3. Miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön?

3 Opinnäytetyön viitekehys ja keskeiset käsitteet

Opinnäytetyössä keskeisinä käsitteinä ovat: nuoret, ennaltaehkäisevä päihdetyö, mobiilisovellus, pelit (games) hyötypelit (serious games), opetuspelit (learning games), päihteet ja palvelumuotoilu (service design). (Ks. Kuvio 1.)



Kuvio 1. Tutkimuksen viitekehys

Tähän opinnäytetyöhön keskeiset käsitteet valikoituivat suurelta osin opinnäytetyön aiheen perusteella. Aiheen tarkennuttua suoritimme esitutkimuksen tutustumalla aikaisempiin tutkimuksiin ja tutkimustuloksiin, kirjallisuuteen, internet-lähteisiin sekä tieteellisiin artikkeleihin liittyen opinnäytetyön aiheesta nousseisiin keskeisiin käsitteisiin. Esitutkimus lähti liikkeelle käsitteistä nuoret, päihteet, pelit, ennaltaehkäisevä päihdetyö ja mobiilisovellukset. Tutustuimme siihen, miten Suomen laki määrittelee nuoret, päihteet ja mitä lakiin on kirjoitettu ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä. Pehdyimme aikaisempiin tutkimuksiin ja selvityksiin nuorten päihteidenkäytöstä sekä internetin käytöstä. Etsimme tietoa peleistä ja pelien suunnittelusta. Tehdessämme esitutkimusta pelistä, nousi aineistosta esiin hyötypelit ja niiden tunnetuin muoto opetuspelit, jota työmme edustaa. Pehdyimme opetuspelien maailmaan kirjojen ja internet-lähteiden pohjalta. Otimme selvää mobiilisovellusten historiasta sekä käytetyimmistä mobiilialustoista. Palvelumuotoilu nousi keskeiseksi käsitteeksi tapana tehdä toimintatutkimusta ja luoda uutta tuotetta yhdessä tuotteen käyttäjien kanssa.

Viitekehysten, eli teoreettisen kehikon, merkitys on huomattavassa asemassa kriittisessä teoriassa. Tällä halutaan estää tutkijaa juuttumasta empiriaan, eli estetään tarkkailuaineiston, haastattelusisältöjen ja muun vastaavan empiirisen, tulkinnaltaan vaikeasti tulkittavan, aineiston menevän tutkijan tulkintakyvyn yli. Teoreettista viitekehystä tarvitaan siis hyviä tulkintoja varten. Keskeisten käsitteiden avulla voidaan päästä

tutkimusaineistossa olevien ilmaisujen, työkäsitysten, kulttuurikäsitteiden, taidekäsitteiden, maailmankuvien, ihmiskäsitysten, minäkuvien ja ideologioitten taakse. (Anttila 2005, 392.)

Teoreettinen viitekehys on tutkimusilmiöön liittyvän tutkimuksen tarkempaa esittelyä. Näiden keskeisten käsitteiden avulla tutkimuskohdetta lähestytään. Teoriat ja tarkoitus eivät ole itsetarkoitus vaan väline, jonka avulla tutkimuskohdetta jäsennetään. Yleensä tutkimuksen aihe jo paljastaa sen keskeiset käsitteet. Teoreettisessa viitekehyksessä tutkija tarkastelee empiirisen osan perusteita ja lähtökohtia, erityisesti kirjallisuuskatsauksessa sekä empiirisessä tutkimuksessa. Käsitteet ovat selkeä näkökulma tutkittavaan ilmiöön. (Willberg 2009.)

3.1 Nuoret

Suomen laki määrittelee nuoreksi kaikki alle 29-vuotiaat (Nuorisolaki 2006). Nuoruus itsessään on ajanjakso, jolle on vaikeaa määritellä yhtä alkua ja loppua. Yleisimmin nuoriksi luetaan 13-24 -vuotiaat ja nuoruus ajanjaksona mielletään ihmiselämän toiseksi kaksitoistavuotiskaudeksi alkaen 13-vuotiaana ja päättyen 24-vuotiaana. (Nuorisotyön tallentamiskeskus 2014.)

Nuoruus on ajanjakso, jonka vaiheet voidaan jakaa kolmeen osaan: varhaisnuoruuteen ikävuodet 11 - 14, keskinuoruuteen ikävuodet 15 - 18 ja myöhäisnuoruuteen ikävuodet 19 - 24. Nuoruuden kehitys on kuitenkin jokaisen kohdalla yksilöllistä ja tähän vaikuttavat monet asiat. (Jyväskylän yliopisto 2007.)

Nuoruus pitää sisällään erilaisia kehitystehtäviä liittyen eri ikäkausiin. Elämäntieteen, jonka mukaan nuoruuden kehitystehtäviä ovat uusien suhteiden luominen kumpaan sukupuoleen, sukupuoliroolin hyväksyminen, oman fyysisen olemuksen hyväksyminen, emotionaalisen itsenäisyyden saavuttaminen, avioliittoon ja perhe-elämään valmistautuminen, valmistautuminen työelämään, maailmankatsomuksen kehittäminen ja vastuullisen käyttäytymisen omaksuminen. (Jyväskylän yliopisto 2007.)

Nuoren kehitykseen vaikuttavat myös nuoren biologiset sekä psyykkiset tekijät yhdessä sosiaalisten ja yhteiskunnallisten tekijöiden kanssa. Yhteiskunnallisia tekijöitä ovat muun muassa nuorelle annetut roolit sekä vaaditut normit. Kehitystehtävien toteutumiseen ja kehitykseen vaikuttavat vahvasti nuoren elämäntyyli ja siihen asti eletyn elämän mukanaan tuomat kokemukset, aika jossa nuori elää, hänen historiansa, maan historia, kulttuuri, sosiaalinen ja fyysinen ympäristö ja tavat. Nuoren kehityksen vaikuttavat osaltaan myös yhteiskunnan tila ja nuoren omat ratkaisut, sekä kyky toimia. (Jyväskylän yliopisto 2007.)

Nuoruus, ikävaihe lapsuuden ja aikuisuuden välillä, on suurin murrosvaihe, jonka yksilö tulee läpikäymään elämässään. Murrosiän ja nuoruuden tarkoituksena on yksilön muuttuminen lapsesta aikuiseksi. Nuoruusiässä ihmisen psyykkinen ja fyysinen olemus sekä sosiaaliset suhteet muuttuvat nopeasti. Lapsi muuttuu fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen myötä aikuiseksi. (Iivonen & Lamminpää 2004, 4-5; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2015.)

Tunnepuolella tämä tarkoittaa vauhdikasta tunteiden vuoristorataa. Tässä tunteiden vuoristoradassa nuori etsii itseään uudelleen ja omaa suhdettaan toisiin ihmisiin. Etsinnän päätteeksi nuoren tulisi löytää oma aikuinen identiteettinsä. Nuori tarvitsee tässä muutoksessa hienovaraista tukea ja ohjausta aikuisilta. Tämän etsintävaiheen aikana nuori usein myös koettelee hänelle entuudestaan tuttuja rajoja ja tavoittelee uusien tuntemattomien asioiden löytämistä. (Wais 2000, 94; Cacciatore 2007, 167 - 168.)

Nuoruudessa tapahtuvien fyysisten muutosten aikana nuoren psyyke ei pysty vastaamaan tapahtuvaan muutokseen ja nuoren sanotaankin ”ottavan takapakkia” psyykkisesti. Nuori saattaa näyttäytyä ymmällään olevana ja impulsiivisena, nähdessään maailman uudella tavalla. Tähän vaiheeseen liittyy usein myös uhmakkuus, huono käytös, aikuisten vastustaminen sekä päihdekokeilut. (Cacciatore 2007, 165 - 168.)

Omassa kodissa opitut tavat ja arvot kyseenalaistetaan nuoruudessa sekä pyritään korostamaan omaa itsenäisyyttä ja aikuisuutta. Tässä elämänvaiheessa kavereiden merkitys on valtava ja ystävien suosioista kamppaillaan erilaisin, joskus uhkarohkeinkin keinoin, joita saatetaan katua vanhempana. Nuori on riskeille ja tapaturmille altis, oman harkintakyvyn, riskitietoisuuden ja itsesuojeluvaiston ollessa vielä keskeneräinen. Näistä selviäminen on tie eteenpäin ja osa kehitysvaihetta. (Cacciatore 2007, 167 - 168.)

3.2 Nuoret ja päihteet

Kouluterveyskyselyiden mukaan 2000-luvulla tupakoivia nuoria on aikaisempia vuosia vähemmän. Vuonna 2013 tehdyssä kouluterveyskyselyssä, viidesosa peruskoulua käyvistä ja 15 prosenttia lukiota käyvistä tupakoi. Ammattia itselle opiskelevista vajaa puolet tupakoi, mutta sitä vastoin nuuskankäyttö on lisääntynyt molempien sukupuolten keskuudessa, vaikka se kuitenkin on edelleen melko vähäistä. Säännöllisesti nuuskaa käytti 2013 tytöistä harva ja pojista alle viisi prosenttia. (Koste 2014, 45.)

Alkoholinkäyttö on vähentynyt kaikilla opiskeluasteilla peruskoulusta korkeakouluasteelle. Humalahakuinen juominen on laskenut yhdessä alkoholinkäytön vähenemisen kanssa. (Koste 2014, 45.)

2000-luvun alusta lähtien viikottain alkoholia juovien sekä kovaan humalaan juovien nuorten määrä on laskenut. Suunta oli nouseva aina 1980-luvun alusta 1990-luvun loppuun. Tupakointikokeilut sekä päivittäinen tupakointi kasvoivat tytöillä 1980-luvun alusta vuoteen 2001 saakka, jonka jälkeen siitä tuli laskusuuntainen. Pojilla tupakointi ja kokeilut kääntyivät pieneen laskuun jo 1990-luvun alussa ja ovat jatkaneet laskuaan vuoteen 2013. (Kinnunen ym. 2013, 40, 21.)

Nuorten alkoholinkäytön vähentyessä on kannabiksenkäyttö lisääntynyt. Vuonna 1995 kannabista oli kokeillut viisi prosenttia koululaisista ja vuonna 2011 osuus oli yksitoista prosenttia. Myös muiden huumeiden kokeilu on lisääntynyt. Vuonna 2011 neljä prosenttia nuorista oli kokeillut jotakin muuta huumetta kuin kannabista, kun taas vuonna 1995 määrä oli yksi prosentti. (Koste 2014, 45 - 46.)

Vuodesta 2007 erilaisten huumeiden kokeilu on kasvanut säännöllisesti. Vuonna 2013 tehdyssä kouluterveyskyselyssä kannabiskokeiluiden määrä oli noussut huomasti. Kahdeksan prosenttia yläasteikäisistä, 13 prosenttia lukiolaisista, ja 20 prosenttia ammattikoululaisista kertoi kokeilleensa kannabista ainakin kerran. Päihteiden sekakäyttö on myös hieman lisääntynyt. Enemmän kuin puolet 15 - 34 -vuotiaista suomalaisista kertoi kyselyssä tuntevansa jonkun huumeidenkäyttäjän henkilökohtaisesti. Kouluterveyskyselyssä vastanneet toivat esiin, että huumeiden hankinta on helpottunut. Vuonna 2013 päihdehuollolla oli hoidossa 2089 huumeidenkäyttäjää asiakasta, alle 30-vuotiaita heistä oli 46 prosenttia (15-19 v. 7 %, 20-24 v. 16 % ja 25-29 v. 23 %). Kannabis on päähuume alle 20-vuotiailla hoitoon hakeutujilla, heitä vanhemmilla syynä olivat opioidit. (Koste 2014, 45 - 46.)

Vuonna 2009 tehdyn tutkimuksen mukaan nuoret pitivät alkoholinkäyttöä normaalina osana nuoruutta. Nuoret kertoivat käyttäneensä päihteitä hauskapitoon, ongelmien hukuttamiseen ja kokeilunhalun tyydyttämiseen. (Myllyniemi 2009, 70.)

Päihdekasvatuksessa tutkimusten mukaan tärkein rooli on vanhempien antamalla esimerkillä sekä kaverisuhteilla (Myllyniemi 2009, 70-71). Koulun päihdevalistus on myös omassa roolissa kasvatuksessa. Nuorilla tulisi olla tiukat kotiintuloajat sekä rajallinen viikkoraha päihteettömyyden lisäämiseksi. Päihteettömät vanhemmat ja hyvät perhesuhteet edesauttavat nuorten päihteiden käytön vähyyttä. Aikaisin aloitettu tapa keskustella nuoren kanssa helpottaa nuorta vastustamaan kavereiden painostuksesta johtuvia päihdekokeiluja. Nuorella tulee olla mahdollisuus puhua aikuisten kanssa päihteiden haitoista tukevassa ja turvallisessa ympäristössä. Nuorelle tulee olla selvää, mitä vanhemmat nuorelta odottavat ja mitä jatkotoimenpiteitä perheessä päihdekokeiluista seuraa. (Kempainen 2001, 35 - 37; Caciatore 2007, 168.)

Vaikka alkoholin ja tupakan käyttö on 2000-luvulla vähentynyt ja raittiiden nuorten määrä lisääntynyt, on alkoholi kuitenkin edelleen suomalaisten eniten käyttämä päihde myös nuorten keskuudessa. Vuonna 2007 tehdyssä kouluterveyskyselyssä hieman alle viidesosa yläasteikäisistä ja yli neljäsosa lukioikäisistä joi itsensä humalaan vähintään kerran kuukaudessa. Yläasteikäisistä viisi prosenttia oli kokeillut jotakin huumetta ja lukioikäisistä kahdeksan prosenttia. (Fröjd ym. 2009, 17.)

Päihteiden käytöstä, niin alkoholin kuin huumeidenkin, on haittaa aivojen rakenteelliselle kehitykselle. Liiallisella alkoholin tai muiden päihteiden käytöllä muun muassa impulssikontrolli, motivaatio, informaation käsittelykyky ja ihmissuhteiden ylläpitokyky voivat jäädä kehittymättä. Erilaisten tapaturmien sekä sairastumisen riski kasvaa käytettäessä päihteitä. Varhain aloitettu päihteiden käyttö lisää riskiä päätyä niin alkoholin suurkuluttajaksi kuin muidenkin päihteiden käyttäjäksi aikuisiässä. Nuoret käyttävät alkoholia ja muita päihteitä niiden positiivisten vaikutusten, kuten rohkeuden tunteen ja rentoutumisen tunteen vuoksi. Osa käyttää päihteitä lieventääkseen stressiä, ahdistuneisuutta tai muita mielenterveydenhäiriöiden oireita. (Fröjd ym. 2009, 19.)

Nuorten kohdalla päihdetyön tarkoituksena on antaa nuorille tukea itsenäisiin ja perusteltuihin ratkaisuihin, jotka kasvattavat nuoren kokemusta elämänhallinnasta sekä terveyttäedistävästä ratkaisusta (Inkinen, Partanen, Sutinen 2000, 169).

Lämsä (2009, 200) on muun muassa tuonut esiin, että lapset ja nuoret purkavat oman pahan olonsa eri tavoin. Toisten kohdalla se näkyy esimerkiksi koulussa tai yhteiskunnassa häiriökäyttäytymisenä, rikosten tekemisenä tai päihteiden käyttönä. Toiset vetäytyvät itseensä ja viettävät paljon aikaa internetissä tai löytävät jonkin ideologian, jota seuraten saavat tukea omille ajatuksilleen sekä löytävät esikuvia itselleen. Lapsilla ja nuorilla esiintyy tänä päivänä yhä enemmän mielenterveyden ongelmia. Moni nuori saattaa keskeyttää opintonsa erilaisten ongelmien vuoksi. Koulunsa lopettaneiden nuorten kohdalla syrjäytymisriski on suuri. Jokainen tapa, jolla syrjäytymistä voidaan ehkäistä on tärkeä.

Nuorten päihteiden käyttöä tulee ehkäistä, mutta sen tulee tapahtua usealla eri tavalla. Pelkkä päihteiden käytön kieltäminen ei toimi, jos koko muu yhteiskunta näyttää päihteiden käytön myönteisessä valossa. Päihteistä tulee kertoa ja keskustella avoimesti ja haittoja liioittelematta, mutta tietoon perustuvan päättelyn voi jättää nuorelle itselleen. (Fröjd ym. 2009, 32.)

Sosiaalisten ja toiminnallisten harjoitusten avulla voidaan lisätä nuoren itseluottamusta ja päätöksentekokykyä ja sitä myötä nuoren on helpompi tehdä itsenäisiä valintoja esimerkiksi kun hänelle tarjotaan päihteitä, sosiaalisista paineista huolimatta (Inkinen ym. 2000, 170).

3.3 Ennaltaehkäisevä päihdetyö

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on vähentää päihteidenkäyttöä ja antaa tietoa päihteistä. Sillä pyritään vähentämään päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa sekä päihteisiin liittyviä haittoja. Työn tarkoituksena on vaikuttaa kansalaisten tietoisuuteen, asenteisiin sekä niihin liittyviin oikeuksiin, kertoa päihdehaittoihin liittyvistä riskitekijöistä yhtälailla kuin riskeiltä suojaavistakin tekijöistä. Ehkäisevää päihdetoimintaa ohjaa laki ja työn toteuttamista koordinoi terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.)

Lain mukaan päihdehuollon tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja sekä edistää päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä toimintakykyä ja turvallisuutta. (Päihdehuoltolaki § 1 2015.)

Suomen laissa päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa sekä muuta päihtymistarkoituksessa käytettävää ainetta. Kunnan on lain mukaan huolehdittava siitä, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaiseksi kuin kunnassa esiintyvä tarve edellyttää. Päihdehuollon palvelujen ja toimenpiteiden järjestäminen ja kehittäminen kuuluu sosiaalihuollon osalta sosiaalilautakunnalle ja terveydenhuollon osalta terveyslautakunnalle. (Päihdehuoltolaki § 3 2015.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen raportissa kerrotaan, että jos halutaan vaikuttaa johonkin tiettyyn ryhmään tai sen toimintaan, niin ryhmän osallistuminen sekä mukaan ottaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen lisäävät väliintulon vaikutusta. Haluttaessa ennaltaehkäistä laillisien ja laittomien päihteiden käyttöä tulee ennaltaehkäisy kohdistaa molempiin päihderyhmiin. Ennaltaehkäisyssä ei tule unohtaa päihteiden keskinäisiä vaikutuksia. Päihteiden käyttö ja niistä koituvat haitat sekä riippuvuudet ja niiden haitat eivät jakaudu hallinnollisten tai oikeudellisten erottelujen mukaisesti käyttäjäryhmissäkään. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen raportissa on lueteltu kouluissa pidettyjen päihdekasvatusohjelmien vaikuttavuutta. Suurimman vaikutuksen ovat koululaisiin tehneet esitykset, joissa on kerrottu laajasta päihteiden käytöstä ja esimerkiksi erilaisista päihteistä. Vaikuttavimmissa esityksissä opetustavat ovat olleet moninaisia, esittelijät ovat olleet koulutettuja, niihin on panostettu ajallisesti. Aiheisiin on myös palattu uudestaan. Esitykset ovat pohjautuneet teorian tietoon, ne on mietitty kohderyhmälle sopivaksi kehitystason, kulttuurin ja arvojen kannalta sekä niillä on ollut talousasiat valmiiksi mietittynä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen raportin mukaan yksittäisillä päihdevalistuksilla ei välttämättä muuteta koko kansan tai yhden ihmisen päihteiden käyttöä, mutta pidemmällä tähtäimellä ne saattavat lisätä tietoa päihteistä sekä niihin liittyvistä haitoista ja faktoista niin yksittäisten ihmisten elämässä kuin koko kansankin tasolla. Tärkeintä onkin pitää keskustelua yllä päihteistä ja saattaa julki siihen perustuvaa tutki-

mustietoa, tarjoten samalla ihmisille ajateltavaa ja uusia tapoja katsoa asioita. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013, 38 - 39.)

3.4 Pelillisuus

Opinnäytetyömme on suunnitelma ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevasta mobiilisovelluksesta, joka on suunnattu nuorille. Mobiilisovellus on nuorten suunnittelema. Mobiiliteknologian kehittyttyä on voitu alkaa hyödyntämään pelejä ja erilaisia tietokonesimulaatioita opetuksessa. Pelien avulla voidaan jäljitellä tilanteita tosielämästä. (Kirriemuir & McFarlane 2004, 23.) Tutkijat ovat huomanneet, että tietokonepeleistä on hyötyä lasten ja nuorten tiedolliselle ja taidolliselle kehitykselle. Erään tutkijan mukaan pelien pelaaminen muuttaa lasten oppimistyyliä kokeilevampaan suuntaan. Peliä suunniteltaessa on kuitenkin huomioitava, että pelistä tulee hauska ja kiinnostava sekä uskottava ja että tekeminen on tehokas tapa oppia. (Kirriemuir & McFarlane 2004, 17.)

Haluamme saada pelin avulla nuoret oivaltamaan itse, ajattelemaan omaa käyttäytymistään ja tekemään itsenäisiä ratkaisuja esimerkiksi jonkun tarjotessa päihhteitä. Tietokonepelin voi nähdä heijastavan myös behaviorismin kaltaista tapaa oppia. Behavioristisessa tyyliässä pelaajaan siirretään tietoa ja peli sekä pelihahmot toimivat niin sanottuina opettajina. Pelaajalle annetaan vain niitä tietoja ja osaamista, joita ohjelmoija on pelin kyseiseen kohtaan ohjelmoinut. Mahdollinen pelin aikana syntyvä ärsyke-reaktiokytkentöjen muodostuminen sekä mahdolliset palkinnot ja rangaistukset liittyvät behaviorismiin. Pelatessa pelaaja oppii tekemään valintoja, jotka palkitsevat ja auttavat pelissä eteenpäin. Suunnitellessamme opettavaa peliä mietimme valmiiksi haluammeko pelin tukemaan useita oikeita vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia onnistua vai, että vain yhdellä tavalla pelaamalla pääsee maaliin saakka. Behavioristisessa opissa opettajalla eli tässä kohdin pelin suunnittelijalla on tärkeä rooli oppimisärsyksen antamisessa. Pelin suunnittelijan tulee suunnitella peli niin, että se palkitsee oikeanlaisesta oppimisesta. Opiskelija välttelee luonnollisesti rangaistuksia ja tavoittelee palkintoja. Opeteltava asia tulee suunniteltaessa peliä, jakaa opintokokonaisuuksiin eli pelitasoihin, alkaen helposta ja johtaen aina vaikeampaan. Tavoitteena peliä suunnitellessa on, että pelaaja oppii jotakin eikä vain ulkomuistista tee ratkaisuja päästäkseen pelissä eteenpäin. (Kirriemuir & McFarlane 2004, 17; McLeod 2013 & 2014; Trybus 2014; Meisalo, Sutinen & Tarhio 2000, 98; Tynjälä 2000, 28 - 31.)

Oppimisaihiona peli pitää sisällään tavoitteet, tietosisällön ja arvioinnin tai päätelmän siitä, onko tuloksiin päästy. Pelien avulla voidaan lisätä pelaajan, tässä tapauksessa nuorten, neuvottelutaitoja, strategista ajattelua, päätöksentekokykyä ja tietojenkäsittelyn osaamista. (Kirriemuir & McFarlane 2004, 14.) Peleillä on tosin myös todettu olevan negatiivisia vaikutuksia pelaajaan, kuten liikkumisen vähentyminen, luku- ja kirjoitustaidon

heikkeneminen sekä ajankäytön väheneminen muilta tärkeiltä elämän osa-alueilta. (Arnseth 2006.) Ajattelemme opetuspelin kuitenkin toimiessaan sen suunnitellussa tarkoituksessa lisäävän nuorten mahdollisuuksia liikkua, lukea ja kirjoittaa, koska päihteiden käyttö ja sen lieveilmiöt vähenevät pelatessa ennalta ehkäisevää päihdepeliä ja sen myötä kasvavat taidot elämänhallintaan.

Opettavaisten pelien tarkoitus on lisätä pelaajan kykyä hoitaa itse itseään ja lisätä terveyttä edistäviä käyttäytymismalleja (Guy, Gwadry-Sridhar & Ratzki-Leewing 2011). BreakAway Games, joka on johtava tosielämänpelien kehittäjä, on kehittänyt Crate nimisen pelin Yhdysvaltojen merivoimien kouluttamiseen. Crate-peli on sukellussimulaatiopeli. Samaa peliä on kuitenkin käytetty myös kemoterapiassa käyvien lasten kivunhoidossa, mikä osoittaa, että yhdellä pelillä voi olla monta eri käyttökohderyhmää. Koulutuksellisia tosielämänpeliejä on helppo muokata useammalle kuin yhdelle kohderyhmälle sopivaksi, käyttämällä samoja teknologisia ominaisuuksia ja sisällön osia. (David 2006, 6.)

Van Zyl on tutkinut opinnäytetyössään tehokkaita opetusmetodeja koulutuksellisissa videopeleissä. Van Zyl kirjoittaa tutkimuksessaan yhdysvaltalaisen professori Paul Geen tutkimista tehokkaan opetuspelin 36:sta päätekijästä. Näiden perusteella hän on luonut seuraavat seitsemän tehokasta opetusmetodia: evoluutiometodi, kommunikointimetodi, tutkimusmetodi, palkitsemismetodi, älyllisen informaation metodi, kokemusmetodi sekä elämäntarkoituksen metodi. (Van Zyl 2014, 53.)

Evoluutiometodilla Van Zyl tarkoittaa, että pelaajalle tulee pelin alussa opettaa aiheesta vain perusasiat, jotta pelaaja ymmärtää, mistä pelissä on kyse. Pelin edetessä aiheesta tulee opettaa enemmän ja vaativampia asioita, haastaen pelaajan tietoja ja taitoja, tämän kehityksen jatkuessa pelin loppuun asti. (Van Zyl 2014, 53.)

Kommunikaatiometodilla tutkimuksessa tarkoitetaan, että pelin tulee viestittää pelaajalle opetettavaa aihetta merkkien, tekstien, hahmojen, äänien ja aiheen ruumiillistumien kautta. Tutkimusmetodin on tarkoitus antaa pelaajalle mahdollisuus erilaisten valintojen tekemiseen. Pelin tulee antaa pelaajalle vaihtoehtoja, kuinka edetä ja näin mahdollistaa pelaajalle oppimisen ja erehdyksen kautta tietoa opetettavasta aiheesta (Van Zyl 2014, 53.)

Palkitsemismetodin tehtävänä pelissä on antaa pelaajalle positiivista palautetta osaamisestaan opetettavan aiheen tiimoilta. Pelin tulee antaa tietoa opetettavasta aiheesta helposti ymmärrettävällä tavalla ja palkita pelaajaa tämän osaamisesta pelin kuluessa. (Van Zyl 2014, 54.)

Älykkään tiedon metodi; pelin tulee antaa pelaajalle informaatiota opetettavasta aiheesta aina kun pelaaja sitä tarvitsee. Peliympäristön tulee itsessään olla vahva tiedonlähde pelaajalle ja tuottaa pelin aikana tilannesidonnaista informaatiota opetettavasta aiheesta. (Van Zyl 2014, 54.)

Kokemusmetodi; pelaajan tulee itse olla aktiivinen osa oppimisprosessia. Opetettava tieto tulisi välittää pelaajalle pelaajalta vaaditun osallistumisen kautta ja pitää sisällään kokemuksen. Pelaajan ei tulisi vain passiivisesti opetella opetettavaa aihetta. (Van Zyl 2014, 54.)

Elämäntarkoituksenmetodi; pelin pitää sisällään jotain suurempaa kuin itse oppiminen. Pelin lopullinen päämäärä luo merkityksen niin itse pelille kuin oppimiselle, jolloin pelaaja sitoutuu peliin täydellisemmin ja satsaa enemmän itseään peliin. (Van Zyl 2014, 54.)

3.5 Opetuspelit

Opetuspelien pääasiallinen tarkoitus on tukea opetusta. Ne on suunniteltu opettamaan tietoa tai taitoa ja opetettava asia on upotettu pelin sisään. Valitettavasti tämä tapahtuu yleensä hyvin pinnallisesti ja siksi opetuspelit eivät pysty tarjoamaan samanlaista pelillistä kokemusta kuin viihdekäyttöön suunnitellut pelit. Opetuspelit ovat tulleet mukaan opetukseen kunnolla vasta 1990-luvulla. (Saarenpää 2009.)

Opetuspeli luo motivaation opittavan aineiston käsittelyyn ja sen oppimiseen. Sisältö opetuspelissä on sovitettu tietyn aihealueen tai oppiaineen mukaiseksi. Peli tarjoaa pelaajalle kokemuksellisempaa ja jopa elämyksellisempää opiskelua. (Manninen 2007, 22.)

Opetuspelit antavat mahdollisuuden sellaisten asioiden harjoitteluun, jotka olisivat oikeassa elämässä liian vaarallisia tai monimutkaisesti toteutettavissa. Pelit kehittävät tiimityöskentelyä, keskittymiskykyä, opittavien sisältöjen jäsentämistä sekä kokonaisuuksien hallitsemista. (Koppinen 2007, 77.)

Opetuspelien aktiivinen toiminta tukee aktiivista oppimisprosessia. Opittava asia on myös laitettu pelissä sellaiseen asiayhteyteen, joka on tärkeää asian oivaltamisen ja omaksumisen kannalta. Kun jonkun opittavan asian tärkeys näytetään käytännössä ja sitä pääsee itse kokeilemaan, jää asia huomattavasti paremmin mieleen. Motivaatio oppimiseen peleissä perustuu uuden ja jännittävän kokemukseen. Oppimispelin täytyy kuitenkin olla hyvin suunniteltu, jotta siinä säilyvät hyvän pelin ominaisuudet. Parhaimmillaan opetuspelit tarjoavat miellyttävän tavan oppia, joka saa viihtymään kauemmin opittavan asian parissa ja oppimaan innokkaammin uutta. Viihtyminen pelin parissa tukee myös uusien asioiden siirtymistä lyhytkestoisesta

muistista pitkäkestoiseen muistiin ja silloin opitut asiat säilyvät muistissa kauemmin. Peleissä on paljon potentiaalia oppimiseen, kunhan sitä vain hyödynnetään oikein. (Saarenpää 2009.)

Nicola Whitton (2009, 35, 89 - 101) on tutkinut kirjassaan *Learning with digital games*, kuinka nykyisen yleisesti hyväksytyn pedagogisen käsityksen mukaan pelit voidaan erotella viitekehukseen ikäkausioppimisen mukaan ryhmittelemällä esimerkiksi aikuisten ja lasten erilainen tapa oppia. Hän kysyy mikä motivoi oppimaan ja miten se näyttäytyy missäkin ikäkausivaiheessa. Whitton on luonut konsepteja, teorioita ja käytäntöjä, jotka pyrkivät määrittelemään opetuspelejä. Suurin osa tutkimuksista keskittyy luomaan opetuspelejä lasten näkökulmasta, vaikka pelejä tulisi Whittonin mukaan olla eri ikäkausien ja oppimistyylien mukaan. Ihmisten varttuessa oppimistyyli usein muuttuu. Esimerkiksi aikuiset motivoituvat siitä, että he tietävät miksi pitää oppia, saavat itse määrittää opiskelutahdin ja pystyvät käyttämään opittua asiaa oikeassa elämässä.

3.6 Mobiilisovellukset

Vielä muutama vuosikymmen sitten kännyköiden käytössä pääosaa näyttelivät puhelut ja tekstiviestit. Nykyään, kun vanhemmat kännykkämallit ovat jääneet suosiossa älypuhelimien varjoon, on myös kännykän käyttöjärjestelmiä ryhdytty käyttämään uusin tavoin. Älypuhelimet ovat mullistaneet kännykkäkulttuurin ja niiden myötä kännyköistä on tullut monitoimilaitteita, joilla voi vierailla internetissä, käyttää musiikki- ja videopalveluita, oppia, pelata sekä käyttää kartta- ja erilaisia paikannuspalveluita. Kaikki kännykässä olevat palvelut ovat erillisinä sovelluksina ja näin kännykänhaltijan poistettavissa tai lisättävissä puhelimeen. (Clark 2013.)

Aivan ensimmäisiä mobiilisovelluksia olivat laskimet, kalenterit ja pelit. Kännykän pelisovelluksista ensimmäisiä olivat Nokian Matopeli, sekä muiden kännykkämerkkien Pong ja Tetris. 2000-luvun alussa mobiilisovellusten suosio kasvoi ja näin ollen markkinat aukesivat, mikä johti sovellustenkehittäjien kilpailuun ja sitä myötä myös mobiilialustojen parempaan kehitykseen sekä uusien aina vaan entistä parempien mobiilisovellusten luontiin. Nykyään mobiilisovellukset ovat jo miltei kaikille tuttuja, älypuhelimien yleistymisen myötä. (Clark 2013.)

Uusia mobiilisovelluksia syntyy joka päivä ja sovellusten luoja voi valita eri alustoista, mille sovelluksia tekevät. Yleisimmät mobiilialustat ovat Googlen Android, Microsoftin Windows Phone ja Applen iOS. (Clark 2013.) Suomessa käytetyimpiä alustoja ovat iOS, Android ja Windows Phone. Sovellustenkehittäjien tulee kuitenkin suunnitella sovellus ja sille parhaiten sopiva alusta. Menestykseen vaikuttaa tietenkin, jos sovellus on sopiva mahdollisimman usealle alustalle. (Vesselkov, Riikonen & Hämmäinen 2014.)

Teknologia asettaa nykynuoret suurten valintojen ja mahdollisuuksien eteen. Vaikutukset eivät aina ole pelkästään positiivisia, joten on tärkeää tietää, missä ja miten nuoret mobiilisovelluksiaan käyttävät. (Nurmi 2012, 8.)

3.7 Palvelumuotoilu

Tässä tutkimuksessa kerättiin nuorilta haastatteluin ajatuksia heidän toiveistaan pelin suhteen. Tarkoituksena oli suunnitella peli, jota nuoret haluavat pelata ja samalla saavat tietoa päihteistä ja niiden haitoista. Otimme nuoret mukaan pelin suunnitteluun, sillä näin saadaan tuotteesta kiinnostavampi ja peliin saadaan mahdollisesti jotakin, mitä muissa terveyspeleissä ei ole. Vaihdoimme nuorten kanssa ajatuksia ja tietoja siitä, millainen pelin tulisi olla, millaisia pelejä on ennen tehty sekä millaisia he nyt pelaavat. Pyrimme yhteissuunnitteluun, jossa rakensimme asiakkaan kanssa yhdessä palvelukokemuksen, joka sopii hänen toimintaympäristöönsä sekä tarpeisiinsa. Huomioimme käyttäjäkokemusten eri alueet: tuotteen käyttämiseen liittyvän toiminnallisen ympäristön, tuotteen käytön muodostamat merkitykset, käyttäjän persoonan ja sosiokulttuurisen kontekstin, uutuusarvon, käyttöön ja omistamiseen liittyvät fyysiset ominaisuudet sekä estetiikan. Pyrimme työssä muotoiluajatteluun, jossa luodaan ennennäkemättömiä ratkaisuja, jotka pyrkivät parantamaan jo olemassa olevia, omalla kohdallamme terveyspelejä, yhdessä käyttäjien kanssa. Muotoiluajattelussa pyritään luomaan ratkaisuja ihmisille luomalla erilaisia prototyyppisiä ja testaamalla niitä. Keskeistä on ihmisten kanssa työskentely sekä käyttäjätiedon hyödyntäminen. Palvelumuotoilun avulla luomme pelin, joka on nuorten toiveiden mukainen, kiinnostava ja informatiivinen suhteessa päihteisiin. (Miettinen 2011, 22, 25, 27, 31.)

Miettinen (2010, 33) on kirjassaan Palvelumuotoilu - uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen, esitellyt Magerin palvelumuotoilun prosessin, jossa on neljä vaihetta; 1. Palveluratkaisujen tutkiminen, 2. Uusien ratkaisujen luominen, 3. Arviointi ja 4. Toteutus. Tutkimuksessa, joka on aihio mobiilisovelluksesta, tulemme sovelsimme vaiheita yksi ja kaksi. Ensimmäisessä vaiheessa tutkitaan ympäristöä, johon tuotetta tehdään, käyttäjien tarpeita ja kokemuksia palveluista. Toisessa vaiheessa luodaan uusia ratkaisuja yhdessä käyttäjien kanssa, jotta tuleva palveluratkaisu olisi käyttäjille paras mahdollinen. Eli tässä tapauksessa nuoria palveleva ennaltaehkäisevä mobiilisovellus.

Työssämme palvelumuotoilu näkyy koko prosessin ajan. Tutkimuksen aluksi selvitimme nuorten ajatuksia liittyen päihteiden käyttöön, mobiilisovelluksiin ja ennaltaehkäisevään päihdetyöhön. Tämän jälkeen loimme nuorten ajatuksiin pohjaten ensimmäisen version mind map-ryhmytyöstä, toisin sanoen pelin sisällöstä. Ensimmäinen versio vietiin takaisin nuorille, jotta heillä oli mahdollisuus lisätä peliin toivomiaan komponentteja, mikä liittyy palvelumuotoilu-

prosessiin olennaisesti. Koko prosessin tavoitteena oli suunnitella nuorille suunnatun ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen sisältö sellaiseksi, jota nuoret itse haluavat pelata ja tämän vuoksi oli paras valita palvelumuotoilu prosessi tavaksi tehdä toimintatutkimusta. Tehdessämme toimintatutkimusta toimimme samalla palvelumuotoiluprosessin mukaisesti luomalla nuorille kohdistetun ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen sisällön, jonka suunnittelussa nuoret ovat itse olleet mukana. Lopullinen versio mobiilisovelluksen sisällöstä on yhteistyössä käyttäjäryhmän kanssa suunniteltu, jotta tuotteesta tuli sellainen, jota nuoret haluavat pelata. Halusimme saada yhteissuunnittelulla aikaan jotain sellaista, mitä ei muissa nuorille suunnatuissa ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevissa peleissä ole. Otimme peli suunnittelussa huomioon nuorten ajatuksia käyttämiseen liittyvästä ympäristöstä; mahdollisuus pelata lyhyitä sessioita esimerkiksi välitunneilla, äänet pois helposti koulua ajatellen. Nostimme esiin pelaajan persoonan eli teini-ikäisen nuoren tuomalla esiin haastateltavien ajatuksia pelin sisällöstä sekä sosiokulttuurisen kontekstin huomioimalla kohderyhmän, joille peli on suunnattu ottamalla suunnitteluun mukaan suomalaisia teinejä. Nuorten ajatukset pelin käyttöominaisuuksista sekä ulkonäöstä huomioitiin kirjaamalla ylös nuorten toiveet pelin ominaisuuksista ja ulkonäöstä. Liitimme palvelumuotoilun osaksi työme keskeisiä käsitteitä juuri sille ominaisen käyttäjälähtöisen suunnittelun vuoksi.

Visuaalisuus on yksi tuotteen osatekijä, kirjoittaa Juha Pohjola (2003, 15) kirjassaan Ilme, Visuaalisen identiteetin johtaminen. Markkinoilla kilpailukeinoina käytetään tuotteen hintaa, sijaintia ja tuotteen esille tuomista. Joissakin tuotteissa visuaalisuus on erittäin kriittinen tekijä, kuten vaatetuksessa, sisustuksessa ja peleissä.

3.8 Nuoret, kaverit ja netinkäyttö

Sami Myllyniemi ja Päivi Berg ovat toteuttaneet vuonna 2013 nuorille tehdyn kyselytutkimuksen liittyen heidän vapaa-aikaansa. Kysely tehtiin 7-29 -vuotiaille nuorille. Kyselyyn vastanneista enemmän kuin puolet kertoi tapaavansa ystäviään päivittäin ja miltei kaikki ainakin viikoittain. Nuorten ikääntyessä ystävien tapaamistiheys vähenee. Yleisimpiä tapaamispaikkoja oli omat tai kavereiden kodit. 15- 29-vuotiaat vastaajat olivat eniten yhteydessä ystäviinsä puhelimen tai internetin välityksellä ja yli puolet kaikista vastaajista kertoi olevan päivittäin ystäviinsä yhteydessä puhelimen ja internetin välityksellä. Internet olikin yleisin tapaamispaikka päivittäisistä tapaamisista puhuttaessa. 15 -19 -vuotiaiden keskuudessa sosiaalisten kontaktien ylläpidossa internet näytteli tärkeää osaa ulkona tapailun lisäksi. (Myllyniemi & Berg 2013, 19 - 22, 32 -35.)

Tytöt pitivät enemmän netin kautta yhteyttä kavereihinsa erilaisten yhteisö sivustojen kautta, kun taas pojat käyttivät nettiä enemmän pelaamiseen. Poikien netissä viettämä aika oli huomasti isompi kuin tyttöjen. Tärkeä huomio kyselyssä oli myös liikunnallisesti passiivisten

nuorten into tavata ystäviään eniten internetin välityksellä. Kyselyn nuorimmalla osalla 10 - 14-vuotiailla yleisimpiä tapaamispaikkoja olivat harrastukset, nuorisotalot ja kirjastot. Nuorilla on kyselyn mukaan keskimäärin kuusi läheistä ystävää, tytöillä hieman vähemmän kuin pojilla. (Myllyniemi & Berg 2013, 25 - 26, 19 - 25, 30).

Annika Nurmi on tehnyt opinnäytetyökseen toisen luokan oppilaille haastattelun liittyen heidän kännykänkäyttönsä. Tulosten mukaan toisella luokalla olleista kahdeksastatoista haastateltavasta kuusitoista käytti kännykkää pelaamiseen. (Nurmi 2012, 38).

4 Pelisuunnittelu

Seuraavassa luvussa käsitellään, sitä miten peli määritellään tai voiko sitä edes yksiselitteisesti määritellä. Luvussa kerrotaan, mitä on otettava huomioon suunnitellessa peliä mobiililaitteelle ja, kuinka mobiililaitteen liikuteltavuus vaikuttaa laitteelta vaadittuihin ominaisuuksiin. Luvun lopuksi tuodaan esiin, mitä ominaisuuksia hyvältä peliltä vaaditaan.

4.1 Pelin määritelmä

”Pelaaminen on pelaajan näkökulmasta ajanvietteeksi tarkoitettua tuottamattonta toimintaa, jolla on alkutilanne, säännöt ja päämäärä” (Vuorela 2007, 16).

Kirjassaan Pelintekijän käsikirja Ville Vuorela kirjoittaa joidenkin mielestä tämän määritelmän kattavan kaikki pelit. Nicola Whittonin (2009, 20) mielestä pelille on hyvin vaikea antaa selkeää ja tarkkaa määritelmää. Peli on helpompi määritellä jonkin asian yhteydessä, esimerkiksi opetuspeleinä.

Pelien kirjo on laaja ja määritelmät ovat kulttuurisidonnaisia, sekä ne ottavat vaikutteita muista kulttuurimuodoista ja tarjoavat vastavuorostaan uusia tyyllisiä ja toiminnallisia ideoita muun muassa elokuvaan ja musiikkiin. Pelikulttuuri on myös kaiken aikaa laajeneva maailma, jota voi ymmärtää parhaiten heittäytymällä mukaan pelaamaan ja kokeilemaan. Yhteistä kaikille peleille on niiden interaktiivisuus sekä niiden elektroninen ja digitaalinen perusta. (Huhtamo & Kangas 2002, 9.)

”Casual game, äärimmäisen helposti pelattava peli, suunniteltu massayleisölle ja tarkoitettu pelattavaksi lyhyissä pätkissä, vaikkapa bussia odottaessa. Helpoudestaan huolimatta usein erittäin koukuttava. Täydellinen esimerkki on Angry Birds.” (Niipola 2012, 9.)

Peliä pystyy pelaamaan tietokoneella, pelikonsolilla, kännykällä, tabletilla tai facebookissa ruuhkabussissa. Mobiilipelien kautta digitaalinen pelien jakelu on mullistanut koko peliente-kemisen. Nykyään kaikki tapahtuu nopeammin ja ketterämmin. (Niipola 2012, 95 - 96.)

4.2 Sovelluksen suunnittelu

Suunniteltaessa sovellusta mobiililaitteelle, on suunnittelijan otettava huomioon mobiililaitteen kuin sovelluksenkin käyttöön liittyvät ominaisuudet. Mobiililaitteiden pieni koko sekä kosketusnäyttö on otettava suunnittelussa huomioon. Sovelluksen sisällön rakenteen tulee olla pieni, jotta se mahtuu esimerkiksi puhelimeen. Mobiililaitetta käytetään pääasiassa vuorovaikutukseen. Suunnittelijan tulee ottaa huomioon ergonomia, erilaiset liikkeet, siirrot sekä laitetypilliset vuorovaikutuskaavat. (McVicar 2013.)

Mobiililaitteita kuljetetaan mukana päivittäin niiden pienen koon ja keveyden ansiosta. Liikuteltavuus laajentaa myös mobiililaitteelta vaadittavien ominaisuuksien kirjoa. Mobiililaitetta saatetaan käyttää auringossa, jolloin kirkkaus saattaa vaikeuttaa nähtävyyttä tai käyttäjän ympärillä on muita katselua tai käyttöä haittaavia tekijöitä, joka suunnittelijoiden on otettava huomioon. Käyttäjä kannattaakin tulevaisuudessa ottaa enemmän mukaan suunnitteluprosessiin, kuten olemme tutkimuksessamme lähteneet tekemään. Pienet näytöt on suunnittelussa huomioitava erityisesti ja sovellusta olisikin hyvä testata käytännössä jo ennen sen valmistumista, jotta sovelluksesta tulee tarpeeksi käyttäjälähtöinen. Huomioitavia seikkoja ovat mm. kuvakkeiden koot ja asettelu, niiden sormikäytettävyys ja harhapainallusten minimointi. (McVicar 2013.) Käyttäjälähtöisyyden olemme pyrkinneet huomioimaan alusta asti lähtiessämme suunnittelemaan sovellusta, joka olisi juuri nuorten mieleen.

4.3 Hyvän pelin ominaisuudet

Pelaaminen on ajanvietettä. Pelintekijän käsikirjassa Vuorela (2007, 27) on pohtinut mihin hyvän pelin vetovoima perustuu. Ihminen pystyy eläytyviin täysin aineettomiin asioihin tai tilanteisiin, kuten Tetriksen putoaviin palikoihin. Eläytyminen on tärkeää, varsinkin jos pelissä käytetään pelihahmoa. Pelaaja käyttää pelihahmoa samaistumiskohteena. Pelihahmolle voidaan luoda samanlaisia tunteita ja motivaatioita, jos pelaajan halutaan samaistuvan hahmoon. Pelaaja voidaan myös samaistaa peliin tapahtumien ulkopuolisena tarkkailijana. Tämän tavoitteena on yleensä herättää tunteita, kuten esimerkiksi suojelunhalua, ahneutta tai hirmoa.

Pelatessa pelaaja pääsee hetkeksi kokemaan olevansa jossain muualla. Hän pääsee osallistumaan johonkin, mikä ei arkielämässä olisi mahdollista. Vuorovaikutteisuuden vuoksi peleissä kokemus on voimakas. Pelin sisältö rakentaa pelaajalle erilaisia haasteita. Voitettavia haas-

teita voivat olla esimerkiksi maaliin pääseminen ennätysajassa tai lippujen ryöstäminen. Jos pelissä eläytyminen ja todellisuuspako eivät houkuttele pelaajaa pelaamaan lisää peliä, voivat nämä voitettavat haasteet olla koukuttava tekijä. (Vuorela 2007, 27 - 28.)

Pelaamalla pääsee kokeilemaan oikeasti kuolettavia vaaratilanteita, silloin pelaaja voi kokea oikeita pelko- ja kiihtymystiloja. Vaaran tunne ja jännityshakuisuus ovat tuttuja ilmiöitä aurtourheilun ja kamppailulajien parista. Pelien parissa arkakin pelaaja voi heittäytyä ja päästä uhkapelien maailmaan. (Vuorela 2007, 28.)

Pelissä juoni johtaa yhdestä ennalta määrätystä tilanteesta ja ympäristöstä toiseen, mutta niiden välissä olevat jaksot pelaaja voi edetä miten haluaa. Pelin juoni on pelaajan päänsisäinen kokemus pelistä, sellaisena kuin hän sen pelasi. Pelaaminen on myös eräänlainen stressilelu. Sen tulisi olla fyysisesti mahdollisimman miellyttävää. Esimerkiksi monet yksinkertaiset videopelit, kuten ilmapallojen poksauttelu hiirellä, perustuvat stressipallon puristelun kaltaiseen toimintaan. (Vuorela 2007, 29.)

Kaupallisessa pelisuunnittelussa käytetään hyödyksi pelaajien aggressioiden purkamista. Verenhimo ja tuhoamisvimma, erikoistehosteet ja näyttävät räjähdykset lisäävät myyntiä kun pelaajat saavat ”verenhimonsa tyydytettyä.” Kilpailuvietti saa ihmisiä pelaamaan yhä uudelleen ja uudelleen parantaakseen omia pisteitään. Moninpeleissä voi osoittaa oman paremmuutensa muihin verrattuna. Yhdessä pelaamisesta muodostuu myös yhteinen sosiaalinen verkosto, joka saa pelaajat tuntemaan yhteisöllisyyttä. Pelin luonnetta voi muuttaa radikaalistikin muuttamalla pelaajien lukumäärää. Se onkin osa sosiaalisen pelaamisen mahdollisuuksia. Facebookissa taas voi tehdä kaikkea mitä tekisi muutenkin, mutta ystävien kanssa. Pelaamisen sosiaalisia ulottuvuuksia hyödynnetään yhä laajemmin liiketoiminnassa, palveluissa ja yhteiskunnassa. Sosiaalisesta elämästä voi tulla peli, jossa palkintona on pisteitä, onnistumisia ja suurellisia arvonimiä. Samalla pelin sosiaalisuus ruokkii pelin leviämistä. (Vuorela 2007, 30; Niipola 2012, 198 - 199.)

Älypuhelimissa ja tablettitietokoneissa kosketusnäytön oivaltava käyttö pelissä on yksi puolen menestystä. Helppo pelattavuus koukuttaa, mutta pelaajat rakastuvat myös pelin hahmoihin. Esimerkiksi Angry Birds peliä luodessaan Rovio keskittyi myös hahmoihin. Pelaajat haluavat ostaa myös kaikkea peliin liittyvää pehmoleluista keittokirjoihin. (Niipola 2012, 158.)

Pelifirmoilla on tarkkaan suunnitellut bisnesmallit, omat salaisuutensa markkinoiden murroksessa ja innovaatiot markkinoinnissa. Mutta jos keskitytään vain näihin nykyaikaisiin menestystekijöihin, tärkein unohtuu. Moni haastateltava puhuu Niipolan (2012, 76 - 77) kirjassa intohimosta. Sen aistii töiden tekemisestä kun vierailee Remedyllä, Tribe Studiosilla tai Roviola-

la. Jokaisessa paikassa joku haluaa esitellä uusimman projektinsa. Intohimoa kuvaillaan niin, että peleistä ei saa tarpeekseen ja haluaa luoda niitä koko ajan lisää.

Kaikista peleistä ei löydy kaikkia edellä mainittuja koukkuja. Pelintekijän kannattaa pohtia, mitkä koukut peleissä tepsivät häneen, kaveriin, peliarvostelijoihin ja kansaan yleensä. Joka puolella maailmaa pelintekijät tuntevat asiakkaansa. Syy tähän on yksinkertainen: Melkein kaikki pelintekijät ovat olleet lapsuudessaan innokkaita pelaajia. Viihteellisiä pelejä suunnitellaan eri tavoin kuin opetuskäyttöön tarkoitettuja pelejä ja vastaavasti lapsille suunnatut pelit eroavat tytöille tarkoitetuista peleistä. Yksinkertaisista rakennuspalikoista koottu peli tarjoaa hyvin koukuttavan ja pelaajan musiikkivalintojen mukaan muunneltavissa olevan kokemuksen. (Vuorela 2007, 30; Niipola 2012, 76; Huhtamo & Kangas 2002, 11.)

5 Tutkimuksen menetelmälliset ratkaisut

Seuraavassa luvussa käsitellään opinnäytetyön idean ja menetelmän valintaa. Toteutimme opinnäytetyön toimintatutkimuksena, jossa näkyi osittain myös designtutkimus. Luvussa kerrotaan kuinka hankimme tutkimusaineistoa tutkimukseemme sekä aineiston analyysimenetelmät. Viimeisenä kokoavana kappaleena käsitellään vielä opinnäytetyön ajallinen eteneminen.

5.1 Opinnäytetyön aiheen ja menetelmän valinta

Lähdimme ideoimaan opinnäytetyötä, kun kuulumme koulussa mHealth booster -hankkeesta, jossa hyvinvointiteknologia näytteli pääosaa. mHealth booster -hankkeen idean esitteli meille Paula Lehto, joka toimii Laurea ammattikorkeakoulun yliopettajana. Paula Lehto oli opinnäytetyömme ohjaavana opettaja. Oma tutkimuksemme ideoitiin Vantaalla käynnissä olleen, syrjäytymisvaarassa olevien nuorten projektin pohjalta. Lähdimme ideoimaan mobiilisovellusta, jonka nuoret saisivat suunnitella. Mobiilisovellus on ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukeva ja sen kohderyhmänä ovat nuoret. Opinnäytetyön suunnitelma valmistui tammikuussa 2014 ja sen perusteella tarkentui tutkimuksen viitekehys ja teoria.

Teoriat ovat tieteen rakentamia ja ne pohjautuvat siihen tietoon, jota se etsii ja todentaa. Tiedolliset seikat eivät välttämättä vaikuta pelkästään tieteellisten teorioiden muodostamiseen. Muita tekijöitä voivat olla selvyyskinä pidetyt käsitykset, aikakauden yleiset ennakkoluulot, tiedeyhteisön omaksumat käytännöt ja ajattelutottumukset sekä sosiaalipsykologiset seikat. Paradigma käsite sisältää nämä tieteenteoreettiset peruskäsitteet ja niiden merkityksen tieteelliselle työlle. Paradigma tarkoittaa tieteenalan yhteisiä sopimuksia siitä, millaisena nähdään sen alan ongelmat sekä niiden käsittely. Tieteellisen tutkimuksen teossa paradigmat ovat olleet hyvin käyttökelpoisia, koska ilmiöitä on vaikea tulkita, ilman jonkinasteista teoreettista ja menetelmällistä näkemystä, jonka varassa

tehdään valintoja, arviointia ja suoritetaan kriittistä tarkastelua. (Anttila 2005, 32 - 34.)
 Tutkijoina tässä tutkimuksessa toimimme yhdessä nuorten kanssa niin sanottuina muutosagentteina. Kuuntelimme heidän mielipiteitään koskien mobiilisovelluksen suunnitelmaa, omien mielipiteidemme vaikuttamatta asiaan. Toimimme vain tieteen ja teorian tuomia näkökulmia läsnäoleviksi haastattelu- ja ryhmätyötilanteisiin.

Paradigma on tutkimusta ohjaava näkemys siitä millainen on todellisuus ja tutkimusmenetelmät kertovat meille millä tavoin voimme saada tietoa. Tässä tutkimuksessa paradigmana on kriittinen paradigma. Tutkimisen kohteet, eli meidän tapauksessa nuoret, ovat todellisia ja toimivat meistä riippumatta omissa olosuhteissaan. Tutkiminen ja kehittäminen tapahtui yhteistyössä nuorten kanssa. Saamamme tieto muodostui tutkimustoiminnan sosiaalisena tuotteena. Tutkimuksessa näkyy myös realistinen evaluaatio, sillä kehitämme uutta tuotetta, jolla on selkeästi määritellyt tavoitteet. (Juujärvi 2013.)

5.2 Toimintatutkimus

Toteutimme opinnäytetyön toimintatutkimuksena. Teimme suunnitelman sisällöstä nuorille suunnatusta ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevasta mobiilisovelluksesta. Tutkimukseen valikoitui kiinnostuksen mukaan Pääkaupunkiseudun partiolaiset ry:n aktiivisia nuoria kehrittelemään mobiilisovellusta. Tutkimuksessa selvitimme millaisia mobiilisovelluksia nuoret pelaavat mieluiten ja kuinka saamme yhdistettyä näihin sovelluksiin päihdetyön ennaltaehkäisevän puolen. Toimintatutkimus on saanut vaikutteita pragmatismista ja sosiaalitieteistä. Olimme itse aktiivisia vaikuttajia ja toimijoita tutkimuksessa. Tulevaisuuden tavoitteena toimintatutkimuksella on vähentynyt päihteidenkäyttö ja koherenssin tunne nuorilla. Tutkimuksella tavoitellaan siis käytännön hyötyä ja tämä on ominaista toimintatutkimukselle. Toimintatutkimuksessa yhdistyvät käytäntö ja teoria. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2006, 16 - 35.)

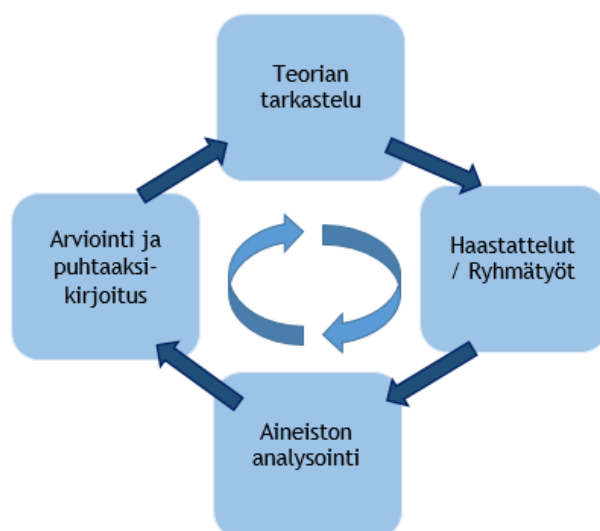
Koska teimme tutkimuksena suunnitelmaa mobiilisovelluksesta, realistinen evaluaatio kulki työn rinnalla koko ajan. Realistinen evaluaatio sopii toimintatutkimukseen ja pelin suunnitteluun tutkimusotteena, joka vuoropuhelunomaisesti arvioi teoriaa ja käytäntöä. Realistisella evaluaatiolla pyritään arvioimaan kehittämishankkeen tuloksellisuutta. Kun toteutetaan realistista evaluaatiota suunnitelmassa, tarvitaan tietoa siitä, miten suunnitelma toimii, keille, miksi ja mihin olosuhteisiin sitä ollaan tekemässä. (Anttila 2007, 61.)

Tutkimus- ja kehittämistoiminnan merkitys on korostunut viime vuosina suomalaisessa yhteiskunnassa. Näistä puhutaan yleensä yhdessä, mutta ero on kuitenkin selkeä. Tutkimuksessa vastataan tiettyyn tutkimuskysymykseen tutkimusmenetelmiä käyttäen. Kehittämistoiminnassa taas pyritään kehittämään jotain. Tietokäsitykset tutkimus- ja

kehittämistoiminnoissa ovat erilaiset. Tutkimusmenetelmät ja tutkimusprosessi vastaavat tiedon kriteereitä tutkimustoiminnassa. Kehittämistoiminnassa tiedon käyttökelpoisuus on taas keskeistä. Tässä tutkimuksessa pystyttiin puhumaan hieman molemmista. Aineiston pohjalta asetetaan tutkimuskysymykset, joidenka vastaukset pyrkivät innovoimaan täysin uuden tuotteen. (Rantanen & Toikko 2009, 155 - 156.)

Tutkimuksessa pyrittiin nuorten lisääntyneeseen koherenssin tunteeseen ja tietoisuuteen päihteiden haittavaikutuksista. Arviointi ja tutkimus viittaavat erillisiin alueisiin, mutta niistä löytyy myös paljon samankaltaisuuksia. Arviointi vaatii hyvin harkittua tutkimusasetelmaa ja havaintoaineiston keräämistä, analyysiä ja tulkintaa. Arviointi pitää sisällään ajatuksen arvon määrittämisestä. Avainhenkilöinä tutkimuksessa olivat nuoret, jotka tulevat käyttämään suunnittelemaansa mobiilisovellusta. (Robson 2001, 25, 32.) Tutkimusprosessissa luotiin uusi tuote ja tämäntyyllisille innovatiivisille prosesseille on ominaista ennakoimattomuus. Kehittämisprosessia joudutaan välillä korjaamaan ja suuntaamaan uudelleen. (Rantanen & Toikko 2009, 10.)

Tutkija, joka tekee toimintatutkimusta, tarttuu tutkimusaiheeseensa yleensä henkilökohtaisesta kiinnostuksesta. Tutkimuksen kysymyksen asettelukin liittyy yleensä arkisiin aiheisiin, jotka tutkija haluaa ratkaista ja siksi tutkija on sitoutunut aiheeseensa. Tutkimuksen aihe oli meille henkilökohtaisesti kiinnostava, koska olemme molemmat työskennelleet paljon nuorten kanssa. Pelit ovat nykyään arkipäivää ja nuoret pelaavat paljon erilaisia mobiilisovelluksia. Mobiilisovelluksen avulla pääsemme helposti käsiksi nuorten arkeen ja viemme ennaltaehkäisevää päihdetyötä helposti saataville ja lähestyttäväksi. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2006, 131 - 132.) Toimintatutkimuksen sykleistä ja opinnäytetyömme eri vaiheista olemme tehneet seuraavan kuvion. (Kuvio 2.)



Kuvio 2. Toimintatutkimuksen syklit

5.3 Design -tutkimus

Opinnäytetyössä käytimme osallistavaa toimintatutkimusta. Sillä nuoret, joille suunnittelimme mobiilisovellusta, pääsevät osallistumaan tutkimukseen. Osittain opinnäytetyössä näkyi myös desing-tutkimus. Tässä tutkimuksessa suunniteltiin jokin uusi toimintamalli tai tuote. (Heikkinen ym. 2006 51, 67 -71.) Tavoitteenamme oli suunnitella mobiilisovellus, jota nuoret itse käyttävät ja tehdä sovelluksesta käyttäjälähtöinen. Suunnitteluprosessiin, joka on teoreettisesti suunniteltu, kiinnitetään enemmän huomiota kuin toimintatutkimuksessa yleensä. (Heikkinen ym. 2006 51, 67 -71.) Suunnitteluprosessissa olemme kiinnittäneet erityisesti huomiota käyttäjälähtöisyyteen ja pyrkineet varmistamaan, että suunnitelmassa tulee esille nuorten näkemys pelistä niin sisällöllisesti kuin ulkoisestikin.

Desing-tutkimuksessa kehitetään ja tutkitaan toimintaa samanaikaisesti. Tutkimuksen tavoitteena on toimiva ja tehokas tuote, kun tavallisessa toimintatutkimuksessa pyritään kiinnittämään huomiota yhteisön sosiaaliseen käytäntöön. Kun toimintatutkimus painottaa toiminnan syklistä luonnetta, reflektiota ja arviointia, desing-tutkimus painottaa suunnittelua. Desing-tutkimuksessa myös teoreettisen viitekehyksen ja suunnittelun keskeiset tavoitteet ovat lähellä toisiaan sekä tutkimus- ja kehitystyö etenevät syklisesti suunnittelusta käytännön toteutuksen ja analysoinnin kautta uudelleensuunnitteluun. (Heikkinen ym. 2006 51, 67 -71.)

Desing-tutkimukselle tyypillistä on toimintatutkimuksen syklimäinen luonne. Tutkimus toteutetaan yleensä aina yhteistyössä kohderyhmän kanssa. Tutkimusprosessi aloitetaan empiirimäisellä kartoituksella ja desing-tutkimus on tehokas tapa kehittää työtä. Design-tutkimusta on käytetty erityisesti opetusympäristöjen kehittämistyössä. (Hyvönen, 2012.)

Design-tutkimuksen syklit näkyivät tässä tutkimuksessa teoreettisen tiedon hankintana työn alkumetreillä. Viitekehyksen sisältö koostui nuorista, päihteistä, ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä, palvelumuotoilusta sekä mobiilisovelluksesta. Luotuaamme tutkimukselle viitekehyksen siirryimme tutkimus- ja kehitystyöhön etsimällä haastateltavia nuoria sekä haastatteleamalla heitä. Haastatteluissa selvitimme nuorten ajatuksia päihteiden käyttöön, ennaltaehkäisevään päihdetyöhön sekä mobiilisovelluksiin liittyen. Haastatteluosuuden jälkeen palasimme desing-tutkimuksen syklejä noudattaen takaisin analysointivaiheeseen, analysoiden haastattelusta saamaamme materiaalia. Haastattelujen perusteella loimme mind map-ryhmätyön pohjan, jonka veimme nuorille kehitettäväksi. Käytännön toteutus seurasi näin analysointivaihetta, kun palasimme nuorten ja mind map-ryhmähaastattelun pariin. Mind map-ryhmätyö ja käytännön toteutusvaihetta seurasi syklien mukaisesti analysointi vaihe. Lopputuloksena oli mobiilisovelluksen design.

5.4 Tutkimusaineiston hankinta

5.4.1 Osallistujat laadullisessa tutkimuksessa

Tutkimukseen voidaan valita vastaajat kahdella eri tavalla: satunnaisesti tai ei-satunnaisesti. Yleisesti satunnaisotanta on parempi, sillä se lisää tutkimuksen luotettavuutta. Tällöin jokainen havainto on tullut mukaan täysin sattumalta ilman tutkijan tai tutkittavan pyrkimystä. Tyypillistä ei-satunnaisille otoksille on se, että koehenkilöt on valittu tutkimukseen saatavuuden, tutkijan mielenkiinnon tai harkinnan mukaan. (Metsämuuronen 2006, 45.) Otoksena toimivat nuoret, jotka löytyivät tutkimukseen meidän, opinnäytetyön tekijöiden, oman aktiivisuuden kautta. He olivat myös innokkaita osallistumaan tutkimukseen aiheen ollessa ajankohdainen ja mielenkiintoinen.

Kohdejoukko on tutkimuksessa populaatio ja siitä tutkimuksessa halutaan tehdä päätelmiä. Otantatutkimuksessa saatuja tuloksia voidaan yleistää perusjoukkoon, silloin tuloksena on perusjoukosta otos. Joskus on tarkoituksenmukaista kerätä niin sanottu näyte kohdejoukko, jonka avulla saadaan tietoa tutkittavasta asiasta. (KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto 2014.) Opinnäytetyössä kohdejoukon muodostaa kaksi erillistä ryhmää nuoria, tyttöryhmä ja poikaryhmä. Iältään he ovat 14 - 16-vuotiaita ja tutkimukseen heitä osallistui yhteensä yhdeksän.

Aluksi yritimme saada nuoria haastateltaviksi Espoon kaupungin yläkouluista. Teimme tutkimusluvat kaupungille ja lähetimme saatekirjeet ja suostumuskaavakkeet koululle, mutta saimme vain kaksi kaavaketta takaisin. Seuraavaksi otimme yhteyttä puhelimitse Pääkaupunkiseudun partiolaiset ry:n ja saimme innokkaita haastateltavia kolmesta tytöstä. Mielestämme oli oleellista saada mukaan nuoria, jotka olivat innostuneita aiheesta ja tutkimukseen osallistumisesta.

Sovimme tapaamisen tyttöryhmän kanssa ja he sanoivat tietävänsä vielä ainakin kaksi innokasta osallistujaa lisää ensimmäisiä haastatteluja varten. Teimme ensimmäiset haastattelut tyttöryhmälle ja sitten aloimme etsimään toista kolmen - viiden hengen haastateltavaa ryhmää pojista. Tämä poikaryhmä löytyi myös Pääkaupunkiseudun partiolaiset ry:stä.

Haastattelumme vastannut tyttö oli 16-vuotias, joka ei käytä päihteitä. Mobiilisovelluksia hän käyttää päivittäin keskimäärin kaksi tuntia päivässä. Suosituimpia hänen käyttämiään sovelluksia ovat sosiaalisen median-sovellukset, kuten Facebook, Whatsapp sekä valokuvaus- ja kuvanmuokkaussovellukset. Pääasiassa sovelluksia käytetään yhteydenpitoon ja mieluiten ilmaisia mobiilisovelluksia. Ensimmäisen kerran tyttö on käyttänyt mobiilisovellusta 11-vuotiaana.

Toinen haastateltava on 14-vuotias poika, joka ei käytä päihteitä. Hän käyttää paljon erilaisia mobiilisovelluksia keskimäärin kaksi tuntia päivässä. Suosituimpia mobiilisovelluksia ovat Whatsapp, Google Play sekä peleistä mainittiin esimerkkeinä Boom Beach, Crossy Road ja Wordbase. Mobiilisovelluksista käytetään sekä ilmaisia että maksullisia versioita. Eniten sovelluksia käytetään sosiaalisten suhteiden ylläpitoon, mutta myös puhelimen hallintaan. Ensimmäisen kerran hän on kokeillut mobiilisovelluksia 10-vuotiaana.

Ensimmäisten teemahaastattelujen pohjalta saimme valmiiksi ensimmäisen suunnitelman mobiilisovelluksesta. Tyttöryhmälle ensimmäinen haastattelu pidettiin 11.9.2014. Paikalle saapui viisi tyttöä, joista jokainen palautti tutkimukseen osallistumislapun vanhemman allekirjoituksella täydennettynä. Haastattelutila oli videoimista varten tarkoitettu hiljainen huone, johon etukäteen oli laitettu haastateltaville paikat pöydän päähän. Jokaiselle haastateltavalle annettiin vielä luettavaksi saatekirje ja esitietolomake täytettäväksi. Ennen varsinaista haastattelua vielä kertasimme muutamia asioita koskien haastattelua ja miten teemahaastattelussa edetään. Haastattelu videoitiin ja haastattelua havainnoitiin.

Pojille ensimmäinen teemahaastattelu pidettiin 22.1.2015. Poikahaastateltavia oli ollut vaikeampi saada mukaan. Olimme yrittäneet saada monesta eri paikasta haastateltavia ja meitimme jo tutkimuksen tekemistä loppuun pelkällä viiden tytön joukolla. Tämä olisi vaikuttanut huomattavasti tutkimuksen lopputulokseen ja luotettavuuteen. Poikien ryhmäteemahaas-

tattelutilanteessa paikalla oli kolme haastateltavaa poikaa ja haastattelu alkoi myös saatekirjeen lukemisella ja taustatietolomakkeen täyttämällä. Paikkana oli videoimista varten varattu rauhallinen tila. Kaikki kolme poikaa toivat myös paikalle vanhempien allekirjoituksella varustetun tutkimukseen suostumuslomakkeen. Kun kaikki olivat täyttäneet lomakkeet, varmistimme, että kaikki on haastattelua varten valmista ja aloitimme haastattelun.

Teemahaastattelujen jälkeen teimme saadulle aineistolle sisällön analyysin ja sen perusteella saimme valmiiksi mobiilisovelluksesta ensimmäisen version käsitekartan muotoon. Tämä käsitekartta vietiin pojille 12.2.2015 mind map-ryhmätyötä varten. Tässä ryhmätyössä pojille esiteltiin saadut tulokset ja heillä oli vapaat kädet sovelluksen viimeistelyssä. Käsitekartta käytiin poikaryhmä kanssa yksityiskohtaisesti ja läpi ja lisäyksiä tehtiin tarkentavien kysymyksien pohjalta.

Tyttöjen viimeinen haastattelu ja samalla mobiilisovelluksen viimeistely mind map-ryhmätyö toteutettiin 20.2.2015. Paikalle saapui viisi tyttöä, jotka olivat olleet jo ensimmäisessä haastattelussa mukana sekä yksi uusi tyttö. He lukivat käsitekartan kahdessa osassa, niin että kaikki saivat sen rauhassa luettua. Tämän jälkeen oli mahdollisuus kysymyksiin ja kerroimme haastateltaville kuinka ryhmätyö nyt toteutetaan. Alkuun nuorilla oli hieman käynnistymisvaikeuksia tässä ryhmätyössä ja heitä täytyi hiukan johdatella aiheeseen. He toivat esiin poikien tuomia lisäyksiä työhön, jotka kokivat positiivisina ja heille itselle vieraina asioina, jotka ”eivät olisi tulleet ikinä mieleen”, kuten äänitehosteiden merkitys ja pelin viemä tila puhelimesta.

Viimeisimmässä ryhmätyössä muotoutuivat nopeasti ajatukset pelin lopullisesta muodosta ja siihen tehtävistä parannuksista. Tyttöjen mind map-ryhmätyössä kirjurina toimivat haastattelut itse ja poikien mind map-ryhmätyössä kirjurina toimi tutkija. Tyttöryhmän kirjurina toimi aina yksi tytöistä ja loput tytöistä ehdottivat parannuksia. Aiheesta syntyi myös nuorten välillä keskustelua ja pohdintaa ehdotusten toteutuksesta sekä niiden hyvistä ja huonoista puolista ja mahdollisesta sopimisesta pelin luonteeseen.

5.4.2 Teemahaastattelu

Haastattelumenetelmää käytetään yleisesti arvioinneissa ja se voidaan toteuttaa monella tavalla. Tässä tutkimuksessa päädyimme teemahaastatteluun, joka toteutettiin ryhmähaastatteluna ja mind map-ryhmätyönä. Ryhmähaastattelun etuna näimme sen nopeuden ja edullisuuden. Haasteena taas oli kohderyhmän tarkentaminen ja valitsemisen. Saadut tulokset riippuvat tutkimuksessa myös paljon kohderyhmän taustasta. Uskomme, että ryhmähaastattelu ja ryhmätyö vaikuttivat nuorista hieman vapaamuotoisemmalta keskustelulta ja uskoimme näin saavamme luotettavampia vastauksia. (Robson 2001, 127 - 137.)

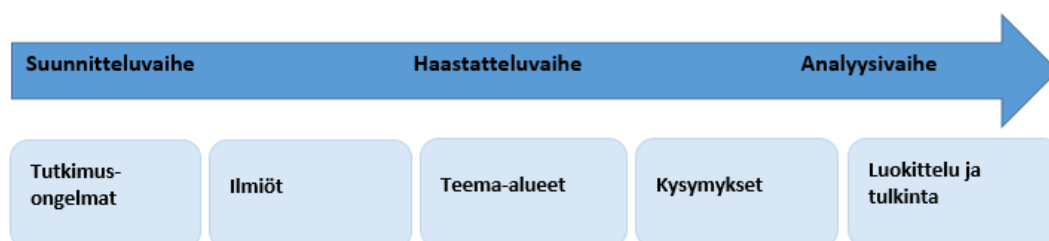
Haastattelututkimuksessa kerätään suhteellisen pieni määrä tietoa suhteellisen suurelta joukosta ihmisiä. Suurin osa työstä kysely- ja haastattelututkimuksissa tehdään suunnittelu- vaiheessa. Riskinä kyselytutkimuksessa on kohdehenkilöiden vastaamatta jättäminen tai se, että vastaaja antaa virheellistä tietoa. Kysymysten suunnittelussa on siis nähtävä vaivaa, jotta saisi tarpeeksi mielenkiintoiset kysymykset. Lomakekyselyn täyttäminen ei vie nuorilta paljoa aikaa, mutta hyviä kyselylomakkeita ei ole helppo suunnitella. Kyselyn voi helposti liittää mukaan arviointiin ja sillä saa vakuuttavaa kvantitatiivista tietoa. (Robson 2001, 127 - 137.) Tutkimuksessa suunnittelimme nuorille taustatietojen kyselylomakkeen, joka on lukijalle liitteenä. (Liite 2)

Tiedonhankinta prosessi tutkimukseen käynnistyi syksyllä 2014 kun pidimme tyttöryhmälle ensimmäisen ryhmäteemahaastattelun. Tutkimuksessa nuoria haastateltiin päihteiden ja mobiilisovellusten käytöstä yleisellä tasolla. Erityisesti olimme kiinnostuneita siitä, miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön. Kysyimme teemahaastattelussa näistä aiheista, koska ne tulivat esitutkimuksessamme ilmi. Lisäksi halusimme selvittää näkyvätkö nuorten sosiaaliset suhteet mobiilisovellusten ja päihteiden käytössä sekä mihin tarkoitukseen mobiilisovelluksia ja päihteitä käytetään. Pyrimme selvittämään näitä asioita valmiin teemahaastattelupohjan (Liite 3) avulla, mutta olimme kiinnostuneita myös siitä, jos haastattelujen pohjalta nousee esille jokin uusi teema nuorten puolelta. Tämä haastattelu litteroitiin odottamaan aineiston analysointia.

Eettisesti on perusteltua kertoa tiedonantajalle, meidän tapauksessamme nuorille, mitä aihetta haastattelu koskee. On myös niin, että ihmiset eivät lupaudu tutkimukseen, jos he eivät tiedä mitä asiaa tutkimus koskee. Haastattelija voi myös samalla toimia havainnoitsijana, eli kirjoittaa muistiin, mitä sanotaan, myös se kuinka sanotaan. Yksi haastattelun etuja on myös se, että yleensä kun haastatteluluvasta sovitaan henkilökohtaisesti, tiedonantajat harvoin kieltäytyvät haastattelusta tai kieltävät haastattelunsa käytön tutkimusaineistona. Haastatteluun voidaan myös valita henkilöt joilla on kokemusta tutkittavasta ilmiöstä. Tässä tutkimuksessa valitsimme kohteeksi nuoret, koska nuoret olivat nousseet esille jo tekemässämme esitutkimuksessa. Heikkoutena haastattelussa on se, että se vie paljon aikaa aineistonkeruuna. Tutkimuksen aikataulut viivästyivät hieman juuri näiden haastatteluajankäytön vuoksi, mutta teimme silti kaiken huolellisesti ja ajan kanssa aiheen ollessa mielenkiintoinen sekä ajankohtainen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73 - 74.)

Etukäteen valitut teemat nojautuvat tutkimuksen viitekehykseen eli tutkimuksesta jo tiedettävään ilmiöön (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75). Tutkittavat ilmiöt eli nuorten päihteiden ja mobiilisovellusten käyttö sekä se miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön, eli teemat, hahmottuivat perehdyttäessä teoriaan ja tutkimusaineistoon. Haastattelurungoksi ei laadita yksityiskohtaista kysymysluetteloa vaan teema-alueuettelo.

Haastattelutilanteessa ne ovat haastattelijan muistilistana ja tarpeellisena keskustelua ohjaavana pisteinä. Haastattelutilanteessa tehdään vielä tarkentavia kysymyksiä. Teema-alueiden tulee olla niin väljiä, että se rikkaus, mikä tutkittavaan ilmiöön yleensä todellisuudessa sisältyy, paljastuu myös mahdollisimman hyvin. Teema-alueiden paikka voi osoittua seuraavan kuvion (Kuvio 3.) tapaan. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 47 - 48, 65 - 67.)



Kuvio 3. Teema-alueiden sijoittuminen tutkimusprosessissa

Opinnäytetyössämme toteutimme ryhmäteemahaastattelun ja mind map-ryhmätyön ennalta valikoidulle nuorisoryhmälle. Teemahaastattelussa haastattelu kohdennetaan tiettyihin teemoihin, joista keskustellaan. Haastattelun avulla kerätään sellainen aineisto, jonka pohjalta voidaan tehdä luotettavasti tutkittua ilmiötä koskevia päätelmiä. Haastatteluteemojen suunnittelu on tärkeää haastattelua suunniteltaessa. Tutkittavat ilmiöt, eli teemat, hahmottuvat perehdyttäessä teoriaan ja tutkimusaineistoon. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 47 - 48.)

Ensimmäinen teemahaastattelu pidettiin poikaryhmälle alkutalvesta 2015. Tässä haastattelussa kävimme läpi saman teemahaastattelurungon, jonka olimme käsitelleet tyttöryhmän kanssa. Tyttöryhmässä haastateltavia oli kuusi ja poikaryhmässä kolme.

Suunnittelimme valmiiksi haastattelun pääkohdat keräämämme aineiston pohjalta ja haastattelussa menttiin vapaasti tilanteen mukaan. Keskustelimme niistä asioista, jotka nuorille tulivat mieleen teemahaastattelua varten valmiiksi miettimistämme pääkohdista. Mind map-ryhmätyössä keskusteltiin ensimmäisen haastattelun antamista aiheista koskien ennaltaehkäisevää mobiilisovellusta. Tätä minp map-ryhmätyötä varten olimme tehneet ensimmäisten haastattelujen pohjalta suuren käsitekartan, johon olimme keränneet pääkohdittain pelin teemoja; sisältö, menetelmä, kulku, käytettävyys ja design. Tähän käsitekarttaan poikahaastateltavat viimeistelivät 12.2.2015 haastattelukerralla omat visionsa nuorille suunnatusta päihdeidenkäyttöä ennaltaehkäisevästä pelistä. Tämän jälkeen käsitekarttaa laajennettiin poikien lisäyksillä ja kartta vietiin tyttöryhmälle. Tytöt tekivät peliin viimeiset muutokset 20.2.2015.

Tutkimuksessa videoimme ja havainnoimme molempia haastattelukertoja. Haastattelun etuna näimme myös sen joustavuuden. Meillä oli mahdollisuus toistaa kysymys ja selventää sanamuotoa. Tällaista mahdollisuutta ei olisi ollut, jos olisimme antaneet haastateltaville pelkät paperiset kyselylomakkeet. Silloin olisimme myös automaattisesti olettaneet, että kaikki vastaajat osaisivat ilmaista itseään tarkoittamallaan tavalla kirjallisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.)

Haastattelussa meille oli tärkeää saada mahdollisimman paljon tietoa aiheesta koskien nuorten päihteiden ja mobiilisovellusten käyttöä sekä siitä miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön. Annoimme nuorille jo etukäteen tiedoksi, mistä aiheista heitä tulleen haastattelemaan. Haastateltavien vanhemmille annettiin saatekirje ja suostumuslomake (Liite 1) täytettäväksi ennen haastatteluun saapumista sekä itse haastattelutilanteessa nuoret saivat vielä lukea saatekirjeen (Liite 2) koskien haastattelua ja vastata taustatietokysymyksiin.

Teemahaastattelun avulla kerättiin sellainen aineisto, jonka pohjalta tehtiin luotettavasti tutkittua ilmiötä koskevia päätelmiä. Teemahaastattelurunko on nähtävissä lukijalle liitteenä. (Liite 3) Avoimuudessaan teemahaastattelu on lähellä syvähaastattelua. Siinä edetään tiettyjen etukäteen valittujen teemojen, meidän tapauksessamme nuorten päihteiden ja mobiilisovellusten käyttö sekä miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön, ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Teemahaastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

5.4.3 Havainnointi

Osallistuva havainnointi on sitä, että tutkija on fyysisesti läsnä tutkimuskohteessaan. Tutkijan havainnointien lähtökohtina ovat: ”Mitä tässä tapahtuu?”, ”Mikä on olennaista tässä hetkessä ja tilanteessa?” ja ”Miten läsnäolijat kuvaavat tilannetta ja miten he itse sen ilmaisevat?”. Havainnointimenetelmän etu on se, että voidaan tehdä havaintoja todellisuudesta, kun asiat tapahtuvat. Näin väliin ei pääse ylimääräisiä tulkintoja. Osallistuvassa havainnoinnissa tarkailtavien asioiden määrä ja laajuus supistuu havainnoinnin kuluessa. Tutkija käyttää monia erilaisia keinoja tutkimusaineiston kokoamisessa, hän haastattelee, osallistuu toimintaan sekä havainnoi. Havainnoinnissa apukeinona voi käyttää koottuja dokumentteja, videokameraa tai nauhuria. Nämä lisäävät tutkimuksen luotettavuutta. (Anttila 2005, 192 - 195.)

Tutkimuksessa havainnointi oli osallistuvaa ja aktiivista havainnointia, jossa käytimme apuna havainnointilomaketta. (Liite 4) Seurasimme havainnoimalla haastateltavien käyttäytymistä taustatietojen kirjoitusaikana ja haastattelun aikana hymyilyä, katsekontaktia, kehon asen-

toa, äänensävyä, äänen rytmiä sekä sitä, miten he ottavat osaa keskusteluun. Olimme haastattelutilanteessa mukana keskustelua ohjaavina aikuisina ja samalla teimme muistiinpanoja havainnoista. Kirjoitimme ylös myös muita mahdollisia huomioita haastattelutilanteesta.

Omien havaintojemme mukaan nuorten keskustelut ja ryhmätyötilaisuudet toimivat erinomaisesti. Se, että haastatteluun osallistuneet nuoret tunsivat ennestään toisensa, oli haastattelutilanteille rikkaus, ja sai heidät mielestämme keskustelemaan keskenään aiheista enemmän. Varsinaisesti minkään kysymyksen kohdalla teemahaastattelutilanteissa tai ryhmätyötilanteissa ei tullut esille mitään poikkeavaa. Jokainen nuori otti osaa keskusteluun juuri niistä asioista, joista hänellä oli jotain sanottavaa. Mielestämme nuoret olivat myös hyvin luontevasti haastattelutilanteissa, vaikka tiesivät, että heitä videoidaan. Tunnelma kaikissa haastattelutilanteissa oli rento ja ilmapiiri avoin.

Havainnoinnin ja haastattelun yhdistäminen aineistonkeruumenetelmänä on monesti hyvin hedelmällistä. Havainnoimalla saadaan haastattelusta voimakkaammin esille johonkin tutkittavaan ilmiöön liittyvät normit kuin normiin varsinaisesti liittyvän käyttäytymisen. Havainnoimalla saattaa myös paljastaa tämän ristiriidan ja käyttäytymisen laidan. Haastattelua havainnoimalla saatetaan selventää käyttäytymistä ja monipuolistaa tutkittavasta ilmiöstä saatavaa tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81.)

Suunnittelimme valmiiksi haastattelun pääkohdat keräämämme aineiston pohjalta. Jotta haastattelun nauhoittaminen ei tunnu nuorista liian viralliselta, pyrimme saamaan tärkeät kommentit suoraan paperille heti haastattelun päätyttyä. (Robson 2001, 142 - 143.) Toteutimme tutkimuksessa videonnin ja äänityksen käyttämällä kannettavaa tietokonetta ja siihen liitettyä SingStar-mikrofonia.

Kun tiedon tarve koskee asenteita, mielipiteitä, kokemuksia ja esimerkiksi havaintoja tutkimusvälineeksi kannattaa valita haastattelu. Kyselyllä ei välttämättä tavoitettaisi samaa syvyyttä kuin haastattelussa. Sen lisäksi, että keskustelun tallentaisi nauhalle, kannattaa haastattelijan tehdä omia muistiinpanoja, sillä tilanteessa on usein monta sellaista seikkaa, jotka ei kuulu nauhalta. (Anttila 2005, 195 - 196.) Osallistuvaa havainnointia voidaan tehdä joko niin, että tutkija on enemmän tutkijan roolissa tai, että hän on enemmän toimijan roolissa. Olimme tutkimuksessa osallistuvan havainnoijan roolissa. Todellisissa tarkkailutilanteissa tutkijan on vaikeaa olla täysin ulkopuolisena tarkkailutilanteessa. Tutkijalla on vastuu puuttua epäkohtiin ja vääryyksiin. Tutkijan onkin hyvä tuntea tutkimuksensa kohde, sen moraalikoodisto, kieli ja toiminnot. (Metsämuuronen 2006, 117.)

5.5 Aineiston analyysimenetelmät

Poikien ensimmäisen teemahaastattelun jälkeen alkoi aineiston analyysivaihe. Teemoina haastattelurungossa olivat nuorten päihteiden ja mobiilisovellusten käyttö sekä miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön. Jokaisen teeman alla oli avoimia kysymyksiä aiheesta ja tarvittaessa esitimme jatkokysymyksiä. Haastattelut videoitiin ja haastattelujen jälkeen ne litteroitiin. Aineistosta purettiin koko dialogi ja litteroitua aineistoa teemahaastatteluista syntyi yhteensä 22 sivua.

Aineistolle teimme sisällönanalyysin aineistoa pelkistämällä. Lopullisessa pelkistämisessä analysoitava informaatio oli meillä aukikirjoitettu haastatteluaineisto, josta karsittiin tutkimukselle epäolennainen pois. Pelkistäminen oli tutkimuksessa informaation tiivistämistä. Tälle auki kirjoitetulle haastatteluaineistolle esitimme tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä koskien nuorten päihteiden käyttöä, mobiilisovellusten käyttöä ja sitä miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109.)

Analyysivaiheessa tarkastellaan sellaisia aineistosta esille nousevia piirteitä, jotka ovat yhteisiä usealle haastateltavalle tai jos esille nousee muita mielenkiintoisia teemoja (Hirsjärvi & Hurme 2008, 173). Pelkistämisen jälkeen analysoimme haastatteluaineistoa teemoittelemalla. Eskola ja Suoranta pitävät myös teemahaastattelun analysoimisessa ensimmäisenä lähestymistapana teemoittelua. Teemahaastattelun aineistosta voi nostaa esille tutkimuskysymykseen vastaavia teemoja. Näin voi vertailla tiettyjen teemojen esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa. Keskeiset aiheet voidaan poimia aineistosta ja niiden ilmenemistä voidaan vertailla. Vastaukset voidaan järjestää teema-alueiden mukaan. Eskolan ja Suorannan mukaan hyvin onnistunut teemoittelu vaatii onnistuakseen hyvän aineiston teoriapohjan. (Eskola & Suoranta 2008, 174 - 175.) Vertailimme tutkimuskysymysten vastauksia teemoitteluun ja jaottelimme haastatteluaineistoa näin tutkimusilmiöiden mukaan. Saimme mobiilisovellukselle hahmoteltua ensimmäisen suunnitelman sisällön, jossa oli: desing, sisältö, menetelmä, kulku ja käytettävyys. Lopullisessa versiossa oli: menetelmä, avatar, kulku, pelin muotoilu, käytettävyys, sisältö, ulkonäkö ja äänet.

Teemoittelun ohella toinen perinteinen vaihtoehto aineiston ryhmittelyyn on tyypittely. Eskolan ja Suorannan mukaan aineiston tyypittelyllä tarkoitetaan aineiston ryhmittelemistä tyypeiksi etsimällä samankaltaisuuksia, jolloin aineisto esitetään yhdistettyjen tyyppien, eräänlaisten mallien avulla. (Eskola & Suoranta 2008, 181.) Aineistoa voidaan myös yhdistellä löytämällä aineistosta säännönmukaisuuksia, säännönmukaista vaihtelua ja muista poikkeavia tapauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 149.) Etsimme haastatteluaineistosta teemoittelun ohella samankaltaisuuksia. Näitä samankaltaisuuksia ryhmittelimme tutkimusilmiöiden alle, joita mobiilisovelluksen suunnitelman sisällössä oli.

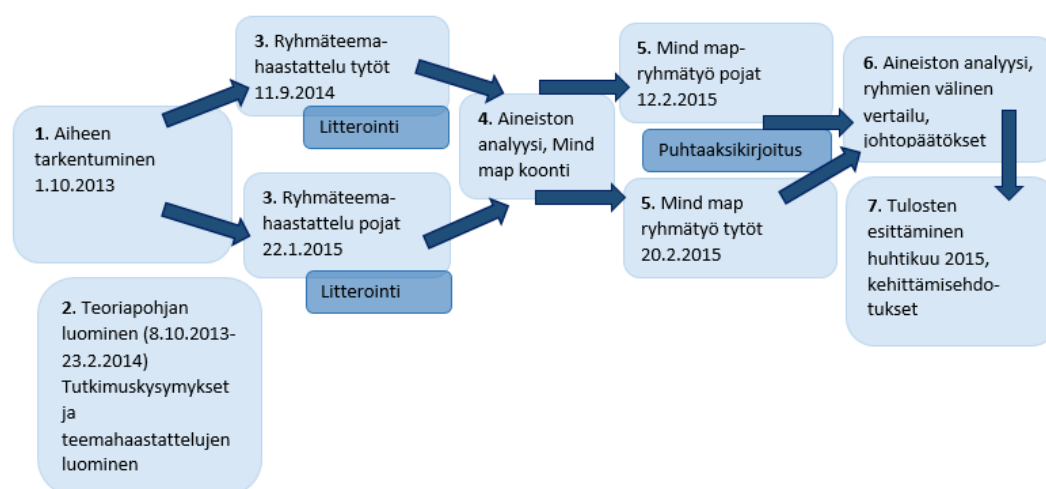
Haastatteluista saatujen aineistojen perusteella pyrimme jäsentämään saadun informaation edellä esitettyjen pelkistämisen, teemoittelun ja tyypittelyn keinoin. Tämän aineiston pyrimme saamaan niin ymmärrettäväksi, jotta saimme tutkimuskysymyksiimme vastauksen. Kuvaamamme menetelmät sopivat analyysimenetelmiksi tutkimuksessa, koska ajatuksena oli löytää nuorten ryhmäkeskustelusta heidän esille tuomiaan ajatuksia ja ideoita päihteiden käyttöä ennaltaehkäisevästä mobiilisovelluksesta. Näihin teemoihin syvennyttiin vielä toisella haastattelukerralla, joka tapahtui mind map-ryhmätyönä. Sisällönanalyysin haasteena on se, miten tutkija pystyy pelkistämään aineistonsa niin, että se vastaa mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. Tässä tutkimuksessa sisällönanalyysin luotettavuuden kannalta on hyvä, että työssä on kaksi tekijää. Näin tuloksien samansuuntaisuutta voidaan arvioida. (Janhonen & Nikkonen, 2001, 36 - 37.)

5.6 Opinnäytetyön ajallinen eteneminen

Oma tutkimuksemme eteni Toiminnasta tietoon- kirjassa esiteltyjen syklien mukaisesti. Ensimmäisessä suunnittelimme ja toteutimme uuden toimintatavan. Tämän toteutusta havainnoitiin ja reflektoitettiin prosessin aikana ja sen päätyttyä. Näiden kokemusten pohjalta voidaan suunnitella uusi toimintatapa. Tutkimuksemme eteni johdonmukaisesti etenevänä prosessina. Kirjallisuuskatsauksen jälkeen laadittiin tutkimussuunnitelma, asetettiin tutkimuskysymykset, kerättiin aineistoa ja analysoitiin se, esitettiin tulokset ja lopuksi tulevat laajemmat päätelmät. (Heikkinen ym. 2006, 78.)

Toimintatutkimus saattaa tuntua päättymättömältä suunnittelun toiminnan, havainnoinnin, reflektoinnin ja uudelleensuunnittelun pyörältä. Kokemuksia reflektoidaan ja analysoidaan, siten syntyy uutta tietoa tutkimukseen. Saatua tuloksia testataan käytännössä ja näiden kokemusten myötä teoriaa voidaan kehittää edelleen. Nämä kaikki yhdessä vaikuttavat siihen, että tutkimuskysymykset saattavat muuttua ja joudutaan muuttamaan opinnäytetyön suunnitelmaa. (Heikkinen ym. 2006, 104 - 105.) Tämän tutkimuksen tutkimuskysymykset pysyivät muuttumattomina tutkimuksen alusta loppuun saakka.

Tutkimuksen aineisto kerättiin syksyn 2013 aikana ja opinnäytetyön tutkimussuunnitelma valmistui tammikuussa 2014. Opinnäytetyölle sovittiin kehittämisprosessin seuranta-aika, jonka puitteissa toimittiin. (Heikkinen ym. 2006, 104 - 105.) Tiivistettynä opinnäytetyömme etenemisestä ja sen eri vaiheista olemme tehneet seuraavan kuvion. Kuvio selittää, että opinnäytetyö on edennyt vaihtelevalla työtahdilla 19 kuukauden ajanjaksolla (1.10.2013 - 30.4.2015). (Ks. kuvio 2.)



Kuvio 4. Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyön suunnitelmavaiheessa, joka ajoittuu syksystä 2013 - alkukevääseen 2014, aloitimme aineiston keräyksen kirjoista, aikaisemmista tutkimuksista ja opinnäytetöistä, internet-lähteistä, tieteellisistä artikkeleista sekä mHealth booster-hankekokouksista. Analysoimme keräämämme aineiston, jonka perusteella tarkensimme tutkimuskysymyksiä ja viitekehystä. Viitekehys sisältää tutkimuksen keskeiset käsitteet. Tästä vaiheesta muodostuu opinnäytetyön alustava suunnitelma.

Teoriavaihe seurasi suunnitelmavaihetta tutkimuksessa. Vaihe ajoittui loppusyksystä 2013 - alkukevääseen 2015. Tarkastelimme kokoamaamme teoriaa ja teimme esitutkimuksen. Tarkensimme tutkimusmetodiksi kriittisen paradigman ja tutkimuksen kohdejoukoksi tarkentui pääkaupunkiseudun partiolaiset sekä teemahaastattelurunko valmisteltiin. Tässä vaiheessa tehtiin tutkimuksen suostumuslomake, saatekirje ja taustatietojen kyselylomake. Haastatteluvien nuorien lukumääräksi tarkentui yhdeksän nuorta ja opinnäytetyön virallinen suunnitelma valmistui alkuvuodesta 2014.

Tutkimusvaihe ajoittui alkukeväästä 2014 - alkukevääseen 2015. Toteutimme syyskuussa 2014 ensimmäisen haastattelun ja viimeinen haastattelu tehtiin helmikuussa 2015. Nuoret valikoituivat tutkijoiden oman aktiivisuuden ansiosta tutkimukseen. Haastattelut tehtiin kahdessa eri osiossa. Haastattelujen jälkeen haastattelumateriaalit analysoitiin ja ensimmäisen versio mobiilisovelluksesta valmistui. Tämä versio mobiilisovelluksesta vietiin ryhmätyötyyppisiin haastattelutilanteisiin. Lopullinen versio mobiilisovelluksesta syntyi 20.2.2015 tehdyssä ryhmätyössä.

Tutkimusvaihetta seurasi analysointi, jolloin toisesta haastattelusta saadun aineiston perusteella viimeisteltiin mobiilisovelluksen sisältö ja ulkoasu. Analysointivaihe ja raportointivaihe,

jolloin tutkimusraportti valmistuu, ajoittui alku kevääseen 2015. Silloin esitämme opinnäytetyön opinnäytetyöseminaarissa ja valmis tutkimusraportti annetaan haastateltaville. Teemme koulussa kypsyysnäytteen ja tieteellisen artikkelin tutkimuksen levittämiseksi.

6 Mobiilisovelluksen suunnitelman sisällön kokoaminen: Your choice - Sinun valintasi mobiilisovellus

Seuraavassa kappaleessa esittelemme opinnäytetyöprosessimme lopputuloksena syntyneen ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen osatekijät ja kokoamme yhteen nuorten suunnitelman heille suunnatun ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen sisällöstä. Kappaleessa kuvataan mobiilisovelluksen menetelmä, pelihahmo, kulku, pelin muotoilu, käytettävyys, sisältö, ulkonäkö sekä äänimailma, kuten nuoret ovat ne suunnitelleet. Luvussa tuodaan esiin pelin osatekijät sekä nuorten perustelut niille. Tekstin ohien on liitetty myös nuorten kommentteja liittyen kyseiseen pelin osatekijään.

6.1 Your choice - Sinun valintasi mobiilisovelluksen sisältö

6.1.1 Menetelmä

Pelin menetelmäksi nuoret valitsivat tasohyppelyn esimerkiksi tietovisatyypin pelin sijaan. Pelissä on avatar, jota on mahdollista muokata esimerkiksi itsensä näköiseksi. Yhtenä tärkeänä seikkana pelissä nähtiin pelihahmon ”elättäminen” ja sillä tavoin hallitseminen ja pelin kiinnostuksen ylläpitäminen. Avatar on pelissä tekijä eli hahmo, jolla pelejä ja tasoja suoritetaan.

6.1.2 Avatar

Pelissä pelaajalla tulee olla mahdollisuus suunnitella itselleen avatar, mutta on hyvä olla myös vaihtoehto, että kone arpoo avatarin pelissä jo valmiiksi olevista vaihtoehtoista. Esimerkki tällaisesta on pelissä Sims.

”Just joku niinku Sims -- Joku tyyppi jolla pitää tehdä aina sillai jotain valintoja, että sitä tavallaan niinku pitää elättää, ne on oikeesti kaikista kivoimpia.”
(Nuori 3)

Pelin alussa, kun avatar luodaan, kerrotaan samalla päihteiden vaikutuksista pelin kulkuun ja esimerkiksi pelissä eteen tulevaan ammatinvalintaan. Infossa kerrotaan pelaajalle, että hänen ei ole mahdollista saavuttaa kaikkia ammatteja, jos avatar käyttää pelin aikana runsaasti huumeita. Pelaajan on mahdollista pelata peliä useammalla kuin yhdellä avatarilla, mutta

uuden hahmon hankintaan tarvitsee tietyn määrän pisteitä, joita tulee kerätä pelin aikana. Toisella hahmolla pelaajan on mahdollista tehdä erilaisia valintoja, kuin ensimmäisellä avatarilla. Esimerkiksi ensimmäisen avatarin eläessä päihteetöntä elämää voi toisella avatarilla kokeilla erilaisia päihteitä ja tehdä näin erilaisia valintoja ja nähdä niiden seuraukset. Erilaisten valintojen tekeminen lisää pelissä ennaltaehkäisevän päihdetyön näkyvyyttä.

”Niinku sellanen, sellanen tavallaan jota pitää niinkun elättää, tyyppi jolle tulee niinkun joka päivä bilekutsuja, sit niitä täytyy välillä skipata, tervetuloa bileisiin, sinne on pakko mennä.” (Nuori 1)

”Joo, pakollisia ja vapaaehtoisia.” (Nuori 2)

”Joku sellanen, tai niinku et se tyyppi joutuu menee vaikka bileisiin ja sitten sille pitää niinkun se peli tavallaan etenee sen mukaan miten sä niinkun teet valintoja, kuitenkin niinkun silleen että sinne tulee joku kaveri, että hei, ota kaljaa, sit sinne tulee joku toinen kaveri et hei ota kaljaa, sit siin näkee et jos ottaa liian monta kertaa sitä kaljaa on ihan hirveessä kunnossa.” (Nuori 4)

Pelaajan on mahdollista avataria luodessaan valita tälle kieliä, joita tämä osaa pelaajan oman kielitaidon perusteella. Näin pelaajalla on mahdollisuus kommunikoida myös muilla kielillä pelatessaan. Pelistä voitaisiin kehittää kansainvälinen sovellus. Avatarille on luotava nimi, joka toimii samalla pelaajan käyttäjänimenä. Pelaaja voi halutessaan niin sanotusti ”stailata” avataria pelissä ansaitsemillaan pisteillä ja luoda tälle uusia tyylejä sekä ostaa tavaroita tai asusteita pisteiden avulla.

6.1.3 Kulku

Peli alkaa siitä, kun tietokone arpoo avatarin pelaajalle tai vaihtoehtoisesti pelaaja itse suunnittelee itselleen mieleisensä avatarin. Avatarin valinnan jälkeen peli etenee varsinaiseen pelin aloitukseen. Pelin alussa avatar on alle 18-vuotias. Nuorten ideoinnin mukaan 15-vuotiaana pelissä pystyisi tekemään avatarilla valintoja.

”Avatar ois joku 15-18...sen ikäsi ku pelaa tota...” (Nuori 1)

”...nii tai ehkä pari vuot vanhempii...” (Nuori 2)

”Jos sitä pelaa vaik 12-vuotias, ni se ehkä vähä kattoo ylöspäin sellast jotain 15-16-vuotiasta...” (Nuori 1)

Alkuun ehdotuksena oli, että tietokone arpoo pelin alussa pelaajalle avatarin ja avatar saattaisi tällöin olla jo valmiiksi narkomaani. Nuoret kuitenkin päätyivät siihen, että avatarin tulee olla alaikäinen, jotta pelissä voi tehdä valintoja ja tehtävät valinnat ovat pelin edetessä pelaajan nähtävissä. Pelin edetessä avatar myös vanhenee, jotta pelin pelaajat saavat tehtyä pelissä valintoja, joiden seuraukset näkyvät avatarin elämässä ja näin ollen saadaan ennalta ehkäisevä päihdetyö näkymään pelissä. Peli etenee sen mukaan, mitä valintoja pelaaja pelissä tekee. Pelin yhtenä pääteemana on päihteet, joita avatarille tarjotaan. Pelissä on edustettuna erilaiset päihteet. Pelin ensimmäisillä tasoilla tarjotaan laillisia päihteitä, kuten tupakkaa ja alkoholia pieninä annoksina. Seuraavilla tasoilla päihteitä tulee lisää ja mukaan tulee myös laittomia päihteitä. Tasojen vaikeutuessa annoskoot kasvavat, kuten myös päihteiden tarjousten sekä kokeilujen määrä. Päihteiden käytön lisääntyessä pelissä, mukaan tulee myös virkavalta jossain roolissa.

”Jos se on vaik semmonen tasohyppely, ni ekaks on ihan semmonen basic-taso ja sit on vaan joku alkoholi ja tupakka ja seuraavaks rupee tulee vähä rajumpaa ja rajumpaa ja sit tulee niit poliiseja ja se niinku jos siin on niinku paljon niit tasoja ni se alkaa niinku yksinkertasesta...” (Nuori 1)

”...ja sit just tavallaan sitä ryhmäpainetta myöhemmin...joku jengi...eiku joo joo!!” (Nuori 3)

”...ja et jos on joutunu johonki jengiin ni miten päästä sieltä pois...” (Nuori 4)

”Ensin se vaan maistaa ja sit se...--Just niinku ku se peli etenee ni ne määrät kasvaa.” (Nuori 5)

Tasojen vaikeutuessa pelejä tulee lisää; ensimmäisellä tasolla pelejä on kaksi, toisella neljä, kolmannella kuusi ja niin edespäin. Pisteitä pelaaja saa esimerkiksi auttaessaan kaveria, käyttäessään kohtuullisesti päihteitä tai olemalla hauska kavereiden seurassa. Pisteitä menettää pelissä krapulasta, päihteiden liikkakäytöstä tai esimerkiksi veloista. Päihteidenkäytön seuraukset ovat nähtävissä pelissä heti.

Avatar pysyy koko pelin ajan samana. Yhdellä avatarilla suoritetaan kaikki tasojen pelit, mutta pelin edetessä avatar kasvaa aikuiseksi, vanhenee ja muuttuu pelaajan tekemien valintojen mukaan. Avatarin ikääntyessä pelaaja näkee selkeästi avatarin ulkonäössä tekemiensä valintojen seuraukset, niin hyvät kuin huonot. Nuoret pitivät tärkeänä, että avatarin ulkonäkö kärsii käytetyistä päihteistä. Päihteiden käyttöehdotuksien tulee olla, ainakin jossain määrin, niin sanotusti ”piiloviesteinä”, jotta pelaaja ei voi aina tietää käyttävänsä päihdettä. Pelin voi hävitä yllättäen esimerkiksi käyttämällä liikaa alkoholia,

avatarin tullessa pahoinpidellyksi tai sen maksan tuhoutuessa päihteiden käytön seurauksena. Peli saattaa päättyä myös, jos pelaaja käyttää liikaa avatarin rahoja juomiin. Lisäksi yhtenä ehdotuksena oli, että ostettavissa olevien juomien hintoja ei pystyisi aina näkemään selvästi avatarin ollessa päihteiden käytön vaikutuksen alaisena. Jos peli ei lopu yhtäkkiä edellä mainittujen seikkojen vuoksi, peli loppuu, kun avatar kuolee vanhuuteen tai joutuu vankilaan. Pelissä tulee jollain tavoin olla päihteisiin liittyviä kysymyksiä, joilla pelaajan on mahdollista väistää päihteiden käytöstä seuraavia huonoja seuraamuksia. Esimerkiksi pelin kuluessa pelissä esiintyy kysymyksiä päihteiden haitoista ja vastaamalla näihin kysymyksiin oikein, pelaaja voi ansaita pisteitä, joiden avulla on mahdollista nopeuttaa aikaa tai saada esimerkiksi muita hyödykkeitä itselleen.

”Voisko siin olla silleen et siin tulee joku ponnahdusikkuna et jos olisit valinnut toisin niin tältä olisit näyttänyt kymmenen vuoden päästä.” (Nuori 1)

”Herättelis jos se ukko, joka siin kärsii ei oo vaan joku pallo, jol on jalat vaan et se on ihmisen näkönen...” (Nuori 1)

”...Silleen et siin näkis niinku oikeesti mut et siin ei kuitenkaan liioteltais.” (Nuori 6)

Pelissä tulee olla mahdollisimman lyhyet odotusajat. Aikaa on mahdollista nopeuttaa pisteillä, joita pelaaja ansaitsee tekemällä oikeita valintoja tai vastamalla oikein päihteitä koskeviin kysymyksiin. Jotta päihdetyö näkyy pelissä, on aikaa mahdollista nopeuttaa myös esimerkiksi tupakanpoltolla, mutta tämä aiheuttaa usein tehtynä tai pitkällä ajanjaksolla haittaa avatarille, kuten oikeassakin elämässä tupakoitsijalle.

”Pisteitä, joilla voi ansaita asioita.” (Nuori 8)

”Pelin tulee olla ilmainen ja pisteiden tai rahan fiktiota, sillä kaikki eivät hlaua käyttää oikeaa rahaa...”niille se on sit vähän ärsyttävää.”” (Nuori 9)

”Ei ois kauheen aikaan sidonnainen.” (Nuori 3)

”Aika pelissä menee normaalii aikaa nopeemmin.” (Nuori 1)

Pelissä avatarin on mahdollista järjestää juhlia, joihin tämä pystyy kutsumaan ystäviään. Kuten normaalissakin elämässä, näihin juhliin tulevat vanhemmat kesken kaiken tai tavaroita menee rikki. Pelissä tulee olla mahdollisuus pyytää toisia avatareja kavereiksi, kuten esimerkiksi facebookissa. Pelissä pelaajan omista avatareista sekä muiden avatareista voi

tulla kavereita keskenään ja tietokone pystyy pelaajan halutessa arpomaan tyttö- tai poikaystävän avatarille. Avatarin on mahdollista tulla pelissä raskaaksi, jos tälle on arvottu toinen avatar tyttö- tai poikaystäväksi. Pelaajan on mahdollista ryhtyä pelaamaan avatarin lapsella, kun avatarin lapsi on pelissä esimerkiksi 13-vuotias. Avatar saattaa saada pelissä keskenmenon, jos pelaaja käyttää avatarin raskaanaollessa päihteitä. Kavereiden valinnat pelissä vaikuttavat myös omaan peliin. Esimerkiksi kaverin valinnat käyttää päihteitä muuttavat pelaajan kaveripiiriä ja näin ollen pelin kulku menee huonompaan suuntaan. Pelin kestoon vaikuttaa pelaajan osaaminen; mitä parempi pelaaja, sitä kauemmin peli kestää.

”Jos on vaik aluks ollu joku hyvä kaveriporukka ja käyttää paljon ni sielt hävii niit kavereita pikku hiljaa...tupsahtelee tilalle semmosii, jotka iteki käyttää ja loppujenlopuks näkee niis kavereissaki jo sitä...” (Nuori 4)

”...ja sit et sun ois mahdollisuus päästä pois niistä ja parantaa tapojaan...”
(Nuori 5)

”Vois tehdä itelleen kavereita esim et jos ite ei käyttäis ni vois luoda itelleen semmosen narkkari-kaverin.” (Nuori 4)

”Mut siin vois olla et on mahis järjestää vaik omat bileet. Et jos on keränny tarpeeks pisteitä voi järjestää omat bileet. Se vois olla päämääräki ja et sit bileitten kulku vaikuttais. Sit jos on vaik käytetty paljon alkoholia ni sit siin vois näyttää seuraavan aamun se talo näyttää ihan kauheelta...ja on mennyt tavaroita rikki.” (Nuori 1)

Pelin ensimmäisessä versiossa puhuttiin ”päihteeseen osumisesta”, mutta viimeisimmässä versiossa pelataan avatarilla, joka käyttää päihteitä. Päihteiden käytön seuraukset näkyvät heti, realistisesti. Esimerkiksi avatarin nautittua alkoholia, pelin näyttöruutu sumenee ja avatarin koordinaatio heikkenee, pelaaja saattaa menettää rahaa tai pisteitä. Pelin edetessä avatarin ulkonäkö muuttuu pelin aikana käytettyjen päihteiden laadun ja määrän mukaan. Ensimmäisessä versiossa pelaajalla oli erilaisia tehtäviä, kuten huumeiden myynti tai viljely, mutta viimeisimmässä versiossa pelaajan on mahdollista avatarin kautta järjestää juhlia, jonne kutsutaan kavereita. Huumeiden myynti tai viljely on viimeisimmässä versiossa mahdollinen sivujuonne tai seuraamus, avatarin joutuessa huonoon seuraan. Ensimmäisessä versiossa oli ajatusta kaupungin rappeutumisesta ja tavaroiden kallistumisesta, mutta viimeisimmässä versiossa päädyttiin avatariin, jolla peliä pelataan, joten kaikki seuraamuksen näkyvät avatarissa ja avatarin elämässä eivätkä yhteiskunnallisesti. Ensimmäisessä versiossa pelin edetessä peliin tuli uusia hahmoja, joita pelaaja pystyi hallitsemaan ja joiden taitoja kehittämään. Viimeisimmässä versiossa pelaajan on mahdollista ostaa ja hankkia asioita sekä

hyödykkeita tai aikaa esimerkiksi pelin aikana ansaitsemillaan pisteillä. Avatareilla ei kuitenkaan ole mitään erityisiä taitoja tai ammatteja valmiiksi, vaan avatarit ”syntyvät” peliin aina alle 18-vuotiaina. Pelin edetessä näiden avatarien valinnat vaikuttavat niiden taitoihin ja ammattiin.

6.1.4 Pelin muotoilu

Haastateltavat nuoret olivat yksimielisiä siitä, että pelin tulee olla tyyliältään koukuttava, muuten sitä ei tule pelattua. Pelin tulee myös olla käytettävissä kaikissa käyttöjärjestelmissä ja sopia niin isoille kuin pienillekin näytöille. Silloin se on mahdollisimman suuren joukon pelattavissa ja kohdennettavissa kaikenikäisille. Haastateltavien mielestä kännykässä ei saa olla isoja nappeja vaan ne pitää suhteuttaa näyttöön. Kolmiulotteisuus tulee esille haastattelutilanteessa hyvän pelin ominaisuutena, silloin sitä tulee pelattua. Älypuhelimia varten tulee olla ladattavissa erikokoisia tiedostoja, etteivät ne vie puhelimesta paljoa tilaa. Pelin pitää mahtua puhelimeen eikä se saa kaataa sitä. Nuoret pitivät myös ehdottomana sitä, että pelissä on erilaisia asetuksia, joihin voi itse vaikuttaa, esimerkiksi ääni ja resoluutio.

”Asetuksiin semmonen mist voi vaihtaa et miten paljon tehosteita ja animaatioita...” (Nuori 7)

”Silleen niinku paljon säätöjä saisi olla...” (Nuori 8)

”Jos on kännykka ni ei kande olla puolen ruudun kokosia nappeja.” (Nuori 9)

Suunnitelma vaiheessa mobiilisovelluksen työnimenä oli Selvä Peli. Pelin viimeistelyvaiheessa mind map-ryhmätyössä nuoret vaihtoivat pelin nimeksi Your Choice - Sinun valintasi, koska pelissä pääteemana ovat pelaajan tekemät valinnat. Nuoret pohtivat ryhmätyön aikana pelin mahdollisuutta päästä tulevaisuudessa kansainvälisille markkinoille. Heidän mielestään pelin nimen tulee olla nuorten puhetyyliin sopiva ja siinä tulee huomioida, kuina pelin nimi on lyhennettävissä puhekielessä.

”Pitäskö sen nimen olla maailmanlaajunen siis niinku et ulkomailtakin pystyy pelaa sitä?” (Nuori 5)

”Tuu pelaa yhysee mun kaa!!!” (Nuori 4)

6.1.5 Käytettävyys

Käytettävyiden suhteen haastateltavilta nousi esiin ensimmäisenä pelin yksinkertaisuus, koukuttavuus ja se, että sitä on mahdollisuus pelata yksinpelinä, kaksinpelinä ja moninpelinä. Peli tulee olla helposti opittavissa ja pelattavissa vaikkei pelaaja ole kaikkea ymmärtänyt. Haastateltavien mukaan hyvä peli ei sisällä liian pitkiä tekstiosuuksia. Pelitulosten jakaminen sosiaalisessa mediassa ja reaaliaikaisesti kaverin kanssa pelaaminen sekä kaverin valintojen seuraaminen oli myös yksi isoimpia puheenaiheita käytettävyiden suhteen. Pelitulokset tulee voida halutessaan jakaa sosiaalisessa mediassa. Tärkeää pelin suhteen oli se, että peliä on mahdollisuus pelata monta kertaa päivässä, lyhyitä sessioita kerralla. Haastateltavien mukaan tärkeää on, että pelin tulokset jäävät muistiin ja pelin saa niin sanotusti taukotilaan.

Vaikka pelillä on sosiaalisen median kaltaisia ulottuvuuksia, kuten esimerkiksi uusien kavereiden kanssa pelaaminen tai niiden löytäminen, nuoret haluavat painottaa, että väärinkäytön mahdollisuus pitää minimoida. Tämän taustalla nuorilla olivat tuntemattomien kaveripyynnöt. Nuoret haluavat estää tai laittaa niin sanotusti ”mustalle listalle” ei toivotut kaveripyynnöt. Väärinkäyttöä voitaisiin minimoida esimerkiksi niin, että mahdolliset kaveripyynnöt voivat tulla vain jo olemassa olevilta facebook-kavereilta. Käytettävydessä korostui pelaaminen yhdessä kavereiden kanssa. Pelin asetuksiin nuoret suunnittelivat neuvojan, joka neuvoo pelaajaa esimerkiksi päihteen haitoista ennen päihteen käyttöä, pelaajan näin halutessa. Kuvakulmasta puhuttaessa syntyi keskustelua erilaisista kuvakulmavaihtoehtoista, jotka pelin asetuksista voisi valita. Pelaaja voi asetuksista valita, pelaako peliä avatarin silmin, jonkun toisen silmin katutasolta tai lintuperspektiivistä.

”Samaa peliä mutta siinä voisi käydä aina pelaamassa niitä minipelejä mut et se kuitenkin jatkuis samana.” (Nuori 1)

”Aina sama hahmo, jolla pelata.” (Nuori 2)

”Ois kiva jos siin pystyis puhuu kaverin kans kokoajan esim et siin ois vaik joku puhelin et ku sitä klikkaa ni sit vois puhuu mut et jossain tapahtumissa esim niis bileissä vois tutustuu uusiin tyyppeihin. Semmosiin, jotka on ihan missä vaan pelaamassa...” (Nuori 1)

”...mut silleen et on jotain samanlaisii yhteyksiä, et ei kummiskaa ihan kehen vaan.” (Nuori 5)

6.1.6 Sisältö

Ennaltaehkäisevää päihdetyötä edistävä peli ei saa nuorten mielestä sisältää liikaa pelottelua, vaan sen tulee olla enemmän herättelevä ja saada nuoret ajattelemaan itse päihteiden haittoja. Pelin pitää pysyä realistisena. Se ei saa liioitella alkoholin haittoja, muuten siinä menee uskottavuus. Haastateltavien mielestä pelin tulee olla verrattavissa normaaliin elämään ja näin pelin edetessä päihteidenkäytön seurauksena tulevat haitat paremmin näkyviin. Pelin edetessä pelaajan käyttämä avatar vanhenee, jotta pelin pelaaja saa tehtyä pelissä valintoja, joiden seuraukset näkyvät avatarin elämässä ja näin ollen saadaan ennalta ehkäisevä päihdetyö näkymään pelissä.

”...Sit siin vois olla silleen et ain ku vaik lopettaa sen pelin ni sit vois tulla et
”haluatko jatkaa tätä tupakan polttoa?” Ja sit jos vastaa et ei ni ei mitään mut
jos vaik vastaa et joo ni seuraavan kerran se onki sit huonommas kunnossa.”
(Nuori 1)

6.1.7 Ulkonäkö

Jo olemassa olevat pelit innoittivat kehittelemään Your Choice, Sinun Valintasi -pelin ulkonäköä. Ulkonäöllisesti toivottiin nykyaikaista tietoa ja teknologiaa, joka on mielenkiintoista. Haastateltavat nimesivät ulkonäöllisesti mieluisiksi peleiksi Boombech, Sims, Tropico 5 ja Kim Kardashian -pelien tyylit. Nämä pelit ovat tyyliltään realistisia ja niihin on helppo samaistua. Pelialustaksi haastateltavat suunnittelivat virtuaalisen kaupungin, joka ei ole kovin iso. Pelin tulee olla interaktiivinen ja mahdollisimman paljon reaali maailman näköinen. Silloin siihen voi samaistua. Se pitää sisällään muun muassa oman kodin, baareja, kaupan sekä paikkoja, joihin ei pääse vierailemaan. Peliin olisi helppo laittaa oikeiden yritysten mainoksia, joista saisi näin pelille rahoittajia. Nuorten mukaan piilomainonnalla peliin saisi realistisuutta tosielämästä, esimerkkeinä mainittiin Hesburger, Alko, BikBok, jotka voisivat näkyä virtuaalikaupungissa.

”Talo on vähän liian pieni, kaupunki ois hyvä.” (Nuori 5)

”Yks kaupunki mis on kaks baaria ja joku ruokakauppa ja joku slummi mis on paljon huumeitten käyttäjiä. Sit sil ois sil tyypil vaik oma kämpä.” (Nuori 4)

”Eihän sen hahmon tarvii siel kaupungissa jokapaikkaan päästä.” (Nuori 3)

”Ulkonäkö semmonen vähän ku Boom Beach.” (Nuori 8)

6.1.8 Äänet

Poikahaastateltavat mainitsivat Your Choice, Sinun Valintasi -pelin ääniksi jo olemassa olevista peleistä sopivan hyvin Geometry Dash tai Civilization V-tyyliset peliäänet.

Tyttöhaastateltavat heittivät idean Spotifyn liittämisestä peliin tai neutraalista taustamusiikista. Äänet pitää myös saada pois päältä ja niitä pitää saada säätää. Äänet on hyvä olla myös mahdollisimman realistisia ja reaaliaimailmasta, esimerkiksi kadulla kävellessä kuuluu autojen ääniä, baarissa musiikki on kovalla ja avatarin ollessa humalassa äänet kuuluvat sumeasti.

”Ja sit reaaliaimailmasta ottaa niit ääniä...baari mis on jotkut melut..” (Nuori 2)

”Ja sit et voi just päättää et jos haluaa vaik jotkut omat musat siihen.” (Nuori 3)

7 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Seuraavassa luvussa pohditaan tämän tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Olemme jakaneet luvun kahteen eri kappaleeseen, käsitellen erikseen tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Eettisyyttä käsittelevässä kappaleessa kerromme kirjallisuuteen pohjaten, mitä eettisyys on tutkimuksessa ja miten olemme sitä työssämme noudattaneet. Luotettavuutta käsittelevässä kappaleessa tuomme esiin kirjallisuuden pohjalta, miten tutkimusten luotettavuutta yleensä arvioidaan, kuinka toimintatutkimuksen luotettavuuden arviointi poikkeaa muista tutkimuksista ja miten itse olemme työssämme luotettavuutta arvioineet. Kerromme kappaleessa myös, miten luotettavuus tutkimuksessa on toteutunut.

7.1 Tutkimuksen eettisyys

Suomalaisessa yhteiskunta- ja kasvatustieteessä tutkimuksen eettiset kysymykset ovat melko uusi keskustelunaihe. Tutkimustyössä tutkijan on tehtävä ratkaisut itse. Työ muodostuu tuhansista isoista ja pienistä kysymyksistä. Kun tutkija tunnistaa eettisten kysymysten ongelmat, silloin hän tekee myös eettisesti asiallista tutkimusta. (Eskola & Suoranta 1998, 52.) Tutkimusetiikka kulkee mukana tutkimusprosessin ideointivaiheesta tutkimustuloksista tiedottamiseen (Vilkkä 2005, 29). Mitä avoimempi tiedonkeruumenetelmä on, sitä vaikeampaa on etukäteen tietää tutkimusasetelman mahdollisia eettisiä ongelmia. Myös tutkimussuunnitelman muotoutuessa ”hyvän tieteellisen käytännön” mukaiset työohjeet saattavat käydä työn edetessä ongelmallisiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125.)

Eettisyys on tutkimuksen luotettavuuden toinen puoli. Saadaksemme opinnäytetyöstä mahdollisimman eettisen, kiinnitimme huomiota myös tutkimuksen laatuun. Laadukasta ja sitä myötä

eettistä opinnäytetyötä tavoitellessa pyrimme tekemään aina tutkimussuunnitelmasta raportointiin asti hyvä laatuista työtä. Laadimme tutkimusasetelman, joka sopii työhömmе ja panostamme opinnäytetyön raportointiin. Olemme sitoutuneita tekemään työn eettisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127.)

Toimimme tutkimuksessa eettisesti suojaamalla tutkimuksen kohteita. Olemme kysyneet nuorten vanhemmilta luvan tutkimukseen ja kertoneet vanhemmille sekä nuorille ymmärrettävällä tavalla, tutkimuksen tavoitteet, menetelmät sekä tutkimukseen liittyvät riskit. Teimme tutkimuksen vapaaehtoisuuteen perustuen ja annoimme mahdollisuuden tutkittaville kieltäytyä tai keskeyttää osallisuutensa missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Varmistimme ennen tutkimuksen alkua, että nuoret tiesivät, mihin ovat ryhtymässä. Emme johtaneet nuoria missään vaiheessa tutkimusta harhaan. Otimme mahdolliset ongelmat jo etukäteen huomioon. Tutkimuksessa toimimme vastuullisesti ja pidimme antamamme lupaukset tutkimusta sekä tutkittavia kohtaan. Pidämme osallistujat nimettöminä ja salaamme heidän identiteettinsä sekä pidämme saamamme tiedot luottamuksellisina eikä niitä luovuteta ulkopuolisille tai käytetä muuhun kuin kyseiseen tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 130 - 131.) Haastatteluaineistosta poistettiin jo litterointi vaiheessa kaikki viittaukset haastateltavien tai heidän elämäänsä läheisesti liittyvien asioiden ja henkilöiden nimiin, jotta anonymiteetti säilyisi mahdollisimman hyvin. Haastattelunauhat tuhottiin haastattelujen litteroimisen jälkeen sekä litteroitu aineisto hävitettiin aineiston analyysin valmistumisen jälkeen. Tutkimusaineiston käsittelyn osalta eettisyyttä lisää se, että haastateltaville nuorille korostettiin sitä, että opinnäytetyöntekijät eivät voi vaikuttaa heidän antamiinsa mobiilisovelluksen kehitysehdotuksiin, vaan ainoastaan koostavat niistä raportin.

Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikan kannalta tutkittavien ja tutkimusorganisaation suhde on tärkeää. Molempien tulee olla tietoisia myös tulosten käytöstä ja siitä, mihin tuloksia voi käyttää ja mihin ei. Hoitotieteellistä tutkimusta tehdessä tulee kiinnittää huomiota siihen, millaiseen organisaatioon tutkimusta tehdään ja millaiset lupakäytännöt siellä on. Lupien hankintaan tulee myös varata riittävästi aikaa. Tutkimuksessa lupahankinnat tapahtuivat haastateltavien vanhemmilta. Vanhempien suostumuslomake on laitettu lukijalle raporttiin liitteeksi. (Liite 1) On tärkeää varmistaa, ettei haastateltavia voida tunnistaa, jos kyseessä on esimerkiksi pieni joukko. Meillä tutkimukseen osallistui pääkaupunkiseudun partiolaiset. Laadullisen tutkimuksen aikana tutkijan tulee pohtia omaa etiikkaansa jatkuvasti ja pyrkiä mahdollisimman normaaliin arjen vuorovaikutukseen. Laadullisessa tutkimuksessa tulee taata tutkittavien anonymiteetti sekä pitää huolta, ettei tutkittaville aiheudu tutkimuksesta harmia, sekä olla tietoinen riskeistä. On myös mietittävä vaikuttaako haastattelu tutkittavien elämään niin, että se vaikuttaisi heidän itsetuntoon tai mielialaan. (Vehviläinen-Julkunen 2006, 29.)

Tutkijan tulee raportoida tulokset mahdollisimman avoimesti ja rehellisesti, mutta kuitenkin niin, että tutkittavat pysyvät tunnistamattomina. Tutkijan on pyrittävä olemaan mahdollisimman objektiivinen. Laadullisessa tutkimuksessa ja sen raportoinnissa tulee tuoda esiin, miten tutkimusetiikka on huomioitu, mutta myös pohtia omaa käyttäytymistä ja reaktioita tutkimuksen eri vaiheissa. Käytettäessä suoria lainauksia, tulee muistaa huomioida, ettei tutkittavaa voi edes läheiset tästä tunnistaa. Olisikin hyvä näyttää tulokset tutkittaville ennen niiden julkaisemista. Lasten, vanhempien tai paikkakuntien nimiä ei saa olla tutkimuksessa. (Vehviläinen-Julkunen 2006, 31.) Tässä tutkimuksessa emme mainitse esimerkiksi lippukuntien nimiä.

Tutkimuksessa noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä ja rehellisyyttä, yleistä tarkkuutta sekä huolellisuutta tutkimustyössä, tietojen tallentamisessa, esittämisessä ja tulosten arvioinnissa. Tutkimuksessa käytettiin eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä tulokset julkaistiin avoimesti. Työssä otettiin huomioon aikaisemmat tutkimukset sekä tutkijat heitä kunnioittaen ja asianmukaisella tavalla. Tutkimus toteutettiin ja raportoitin asianmukaisesti ja yksityiskohtaisesti. Huomioon otettiin tutkimukseen osallistuneet haastateltavat nuoret sekä mahdolliset rahoittajat. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 132 - 133.) Tutkimusprosessin aikana tutkijan etiikka joutuu koetukselle lukemattomia kertoja. Tutkija joutuu hankkimaan tarvittaessa tutkimukselleen tutkimusluvan. Aluksi ajattelimme tekevämme oman tutkimuksen Espoon kaupungille ja sieltä satunnaisesti valikoidulle yläkoululle. Haimme tutkimusluvan Espoon kaupungilta, mutta emme saaneet tutkimukselle kohdejoukkoa.

Tutkimuksen tarkoitus avattiin vanhemmille annetussa infokirjeessä. Tutkimuslupina toimivat infokirjeen mukana olleet vanhempien suostumuslomakkeet (Liite 1). Tutkimuksessa pyysimme vanhempien lupalapussa luvan nauhoittamiseen, havainnoimiseen ja kuvaamiseen, jolloin eettisiä ongelmia ei päässyt syntyään. Annoimme nuorille saatekirjeen (Liite 2) ennen ensimmäistä haastattelua, jossa pyysimme tutkimusta varten taustatietoja ja kertosimme tutkimuksen tarkoituksen.

Tutkimuskohdetta, meidän tapauksessa nuoria, ei saa käyttää tiedonhankinnassa hyväksi. Nuoret osallistuivat tutkimuksessa haastatteluun ja mind map-ryhmätyöhön, jotka videoitiin. Saatujen tutkimusmateriaalien kohdalla on aina turvattava se, että tutkimusaineistot eivät joudu väärin käsiin ja, että ne säilytetään asianmukaisella tavalla (Vilka 2005, 35). Haastattelunauhat, litteroinnit sekä mind map-ryhmätyön materiaalit olemme säilyttäneet huolellisesti. Pyrimme haastattellessa sekä ryhmätyön aikana pitämään omat ajatuksemme pelin rakenteesta omana tietona ja kiinnitimme huomiota, että emme johdattele nuoria liikaa haastattelun ja ryhmätyön aikana. Ryhmätyössä johdattelun riski oli suurempi, sillä

nuoria piti rohkaista ja muistuttaa edeltävän haastattelukerran teemoista sekä mind map-työn aiheesta.

Tutkimuksen valmistuessa ja sen tietoja julkistaessa tulee pitää huolta luottamuksellisuuden säilyttämisestä ja anonymiteettisuojusta. Tutkijan on hyvän tieteellisen käytännön edellytysten mukaisesti noudatettava rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta sekä tarkkuutta tutkimustyössä ja tutkimustulosten esittämisessä (Vilkka 2005, 30). Tutkimuksessa esiin tulleet tulokset litteroimme sana tarkasti niin haastattelun kuin mind map-ryhmätyön osalta. Ryhmätyössä tulosten rehellinen esittäminen helpottui nuorten kirjoittaessa itse ideoitaan suoraan paperille. Luottamuksellisuus ja anonymiteetti ovat kaksi keskeisintä käsitettä tietojen käsittelyssä. Tuloksia julkaistaessa on myös muistettava, että on luvattu tutkittaville anonymisuus. Mitä arkaluontoisempi asia, sitä tiukemmin on suojattava nimettömyyttä. (Eskola & Suoranta 1998, 52 - 58.)

Hoitotieteellisen tutkimuksen eettisyyttä arvioitaessa on kiinnitettävä huomiota siihen, ettei tutkimuksessa ole vahingoitettu fyysisesti, psyykkisesti tai sosiaalisesti tutkittavaa. On verrattava tutkimuksen hyötyä ja haittaa keskenään ja hyödyn on oltava suurempi kuin haitan. Tärkeää on myös se, että tutkimukseen osallistuminen on ollut tutkittaville vapaaehtoista ja, että he ovat voineet keskeyttää sen koska tahansa. Vastuu tutkimuksen etiikasta on aina tutkimuksen johtajalla. Jos kyseessä on kokeellinen tutkimus, tulee huomioida, onko tutkittavia manipuloitu ja onko se ollut eettisesti oikein ja tehty silloin, kun se on sallittua. Tutkimusta aloitettaessa, tulee kiinnittää huomiota tutkimusnäkökulman valintaan ja sen selkeään rajaukseen, jota tulee kuvata hyvin raportissa. (Vehviläinen-Julkunen 2006, 27 - 28.)

Hoitotieteellisessä tutkimuksessa pääpaino on tutkijan ja tutkittavan suhteella ja sen käsittelyllä. Edellä mainittu suhde sisältää aina manipulaation vaaran, vaikka kuinka tutkija pyrkisi-kin sitä välttämään. Eettisyyttä tutkimuksessa on tutkijan itsensä kehittäminen sekä tutkimustehtävien ja tutkimusmenetelmien oikea valinta. Tutkittavan tulee kysyä apua ja neuvoa jos ei itse koe osaavansa. Myös oman alan seuraaminen ja yhteistyö muiden tutkijoiden kanssa on osa eettisyyttä ja hoitotieteen etiikkaa. (Vehviläinen-Julkunen 2006, 32). Tutkimuksen aikana, niin haastatteluissa kuin ryhmätyössä, loimme nuorille ilmapiirin, jossa he uskalsivat kysyä asioista, jotka heitä tutkimustilanteessa mietityttivät tai epäilyttivät. Tutkimuksen toteutuksessa ja sen taustalla näyttäytyivät koko tutkimuksen ajan tutkijoiden omat arvot, joita ovat rehellisyys, oikeudenmukaisuus, kunnioitus ja hyvyys.

7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Heikkinen, Rovio sekä Syrjälä ovat kirjoittaneet kirjassaan Toiminnasta tietoon- toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat toimintatutkimuksen luotettavuudesta. Tutkimuksia

ja niiden luotettavuutta pyritään usein arvioimaan validiteetin ja reliabiliteetin avulla. Validiteetilla tarkoitetaan tutkimustavan sopivuutta tutkittavaan asiaan, kun taas reliabiliteetillä tutkimustulosten toistettavuutta ja pysyvyyttä. Edellä mainitut luotettavuuden arviointitavat sopivat kuitenkin huonosti toimintatutkimuksen luotettavuuden tarkasteluun. (Heikkinen ym. 2007, 147 - 148.) Käytämme tutkimuksessa validointia, johon kuuluu viisi eri periaatetta; historiallinen jatkuvuus, reflektiivisyys, dialektisuus sekä havahduttavuus. Joudumme pohtimaan tutkimuksen luotettavuutta tarkastelemalla historiallista jatkuvuutta, pohtimalla kuinka se on tähän aikaan ja hetkeen sidottua. Meidän on otettava huomioon reflektiivisyys tutkimuksen tuloksia tarkasteltaessa ja huomioitava kuinka oma toimintamme ja tulkintamme tutkittavasta ilmiöstä on mahdollisesti vaikuttanut saatuihin tuloksiin. Meidän on myös muistettava dialektisuus ja huomioitava tulosten raportoinnissa myös tutkimustulosten syntyyn vaikuttaneet tuloksien sisältämät erilaisuudet sekä raportoitava myös niistä. Tutkimuksen ja sen tulosten toimivuutta meidän tulee arvioida sen saavuttaman tässä tapauksessa mahdollisen hyödyn avulla. Tutkimuksen toimivuutta tulee arvioida sen käytännöllisiä, tässä tapauksessa mahdollisia, eettisiä seurauksia, niiden hyötyjä sekä seurauksia mahdollisille pelin käyttäjille. Jotta tutkimus on luotettava, tulee sen olla myös havahduttava. Tutkimusraportin olisi hyvä olla lukijalle elämys, jolloin hän voi eläytyä tutkimukseen ja tässä tapauksessa sen tuomiin mahdollisuuksiin ennaltaehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. (Heikkinen ym. 2007, 149 - 160)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole luotu yhtä selkeitä kriteereitä kuin määrällisen tutkimuksen arviointiin. Laadullinen tutkimus ei pyri aineistollaan olemaan paras mahdollinen otos perusjoukosta, vaan siinä voidaan käyttää useita eri lähteitä yhden sijaan. Laadullisen tutkimuksen tulos on aina tutkijan näkemys aiheesta ja siinä on aina mukana tutkijan persoonaa ja intuitiota. Laadullisen tutkimuksen tulosta ei voi näin suoranaisesti siirtää toiseen kontekstiin. Laadulliselle tutkimukselle on kuitenkin luotu joitain yhteisiä kriteereitä, joilla sen luotettavuutta voidaan arvioida. Yleisesti käytettyjä arviointikriteerejä ovat tutkimusaineiston kerääminen, aineiston analysointi sekä tutkimuksen raportointi. (Nieminen 1997, 215 - 216.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen luotettavuutta heikentää se seikka, että opinnäytetyöntekijöillä oli varsin vähän kokemusta sisällönanalyysin tekemisestä. Nämä hieman puutteelliset taidot ovat voineet vaikuttaa lopulliseen teemoitteluun, pelkistämiseen ja tyypittelyyn. Tutkimuksen luotettavuutta olisi lisännyt entisestään se jos joku toinen henkilö olisi toistanut sisällönanalyysin.

Laadullisen tutkimuksen aineisto saattaa olla koottu monin eri tavoin. Tutkimuksessa käytössä oli tekstimuotoon saatetut haastattelut, videoidut haastattelu- ja ryhmätyötilanteet ja tutkijoiden itse täyttämät havainnointiraportit. Tutkimuksen luotettavuuden takaamiseen pyrimme keräämällä mahdollisimman paljon tutkimusaineistoa aiheesta, analysoimalla kerää-

määmmme materiaalia huolellisesti ja hyvän tutkimuskäytännön mukaisesti sekä raportoimalla tulokset, kuten ne ovat tutkimuksessa esille tulleet. Kun määrällisessä tutkimuksessa luotettavuuden kriteeri on aineiston edustavuus, laadullisessa tutkimuksessa tärkeintä on, että aineisto on koottu sieltä, missä tutkimuksen kohteena oleva ilmiö esiintyy. (Nieminen 1997, 216.) Luotettavuuden lisäämiseksi haastateltaviin liittyvät epäkohdat huomioitiin mahdollisimman hyvin aineiston käsittelyssä ja analysoimisessa. Luotettavuuden lisäämiseksi jo litteointi vaiheessa kaikki viittaukset nimiin poistettiin. Analyysi aloitettiin vasta kun kaikki haastattelut oli tehty ja aineisto käsiteltiin mahdollisimman kokonaisvaltaisesti eikä haastattelukohtaisesti.

Laadullinen tutkimus sopii parhaiten alueille, joista on vähän tutkimusta ennestään ja sen avulla pyritäänkin luomaan uusia käsitteitä. Sen yksi arviointikriteeri onkin miten tutkimus on pystynyt käsittelemään ilmiötä eri näkökulmista tuomaan esiin ilmiöstä uusia puolia. Hoitotieteellisessä tutkimuksessa pyritään luomaan käsitteitä, joita voidaan hyödyntää käytännössä. Tutkimuksessa luotu käsitejärjestelmä ja sen hyödynnettävyys käytännössä on myös yksi arviointikriteeri. Laadullisen tutkimuksen arviointikriteerejä ovat myös mahdollisimman harvoilla käsitteillä saatu kattava kuvaus ilmiöstä, uusien puolien esiin nostaminen sekä analyysin tuoreus. (Nieminen 1997, 220.)

Tutkimuksessa pyrittiin totuudellisuuteen sekä objektiivisuuteen tekemällä luotettavia havaintoja puolueettomasti. Nuorten toiveita kuultiin pelin suhteen ja toteutettiin heidän toiveensa, vaikka oma ajatuksemme esimerkiksi pelin ulkoasusta saattoi poiketa nuorten ajatuksista. Annamme loppuraportissa totuudenmukaista ja luotettavaa tietoa tutkimuksen jokaisesta vaiheesta ja pyrimme saamaan tutkimuksen tulokset myös ymmärrettävään muotoon. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134 - 137, 140 - 141.)

Tutkittaville tulee kertoa tutkimuksesta, jotta se olisi luotettava. Annettu tieto ei saa vähentää tutkimuksen luotettavuutta. Yleensä hoitotieteellisessä tutkimuksessa ei varsinaisesti pyydetä lupaa tutkimukseen tutkittavilta, mutta vanhuksia ja lapsia tutkittaessa sitä on mietitty. Käytettäessä menetelminä haastattelua, havainnointia ja erilaisia dokumentteja on tutkijan ja tutkittavan suhde melko välitön. (Vehviläinen-Julkunen 2006, 30.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavien löytäminen ei useinkaan koidu haasteeksi, vaan se, miten tutkittavat tutkimukseen valitaan. Tässä tutkimuksessa myös haastateltavien löytäminen oli opinnäytetyön yksi haasteellisimpia vaiheita. Tärkeintä tutkimuksen luotettavuuden kannalta on valita tutkittavat, jotka ovat kykeneviä ilmaisemaan itseään sekä halukkaita tutkimukseen. Monipuolinen tutkimusaineisto toi analyysivaiheeseen haasteita, mutta mielestämme lopputuloksesta on havaittavissa, että kaksi erilaista haastatteluryhmää täydentävät hyvin toisiaan ja tuovat tutkimukselle lisää luotettavuutta. Tutkimukseen valikoituneet nuoret

olivat harrastuksensa puolesta reippaita ja ulospäinsuuntautuneita. Haastattelut ja mind map-ryhmätyön teimme nuorille toisilleen tutuista koostuvissa ryhmissä, minkä ajattelimme lisäävän nuorten rohkeutta ilmaista itseään ja mielipiteitään rehellisesti. Aineiston valinnassa tulisi kiinnittää huomiota tutkimuksen tarkoituksenmukaisuuteen edustavuuden sijaan. Tutkimusraportissa tulee ilmetä, millä perusteilla tutkittavat on tutkimukseen valittu. (Nieminen 1997, 216.) Tutkimukseen valikoitui nuoret kiinnostuksen mukaan pääkaupunkiseudun partiolaisten aktiivisista nuorista. He olivat innokkaita tulemaan tutkimukseen mukaan.

Haastattelemalla hankittu aineisto on raportoitu niin, että lukijalle selviää, mitä haastatteluteemoja tutkittaville on esitetty. Jos haastattelijan esittämät kysymykset ovat liian suppeita, vähenee tutkimuksen luotettavuus. Liian suppeissa kysymyksissä on vaarana, että haastateltavan näkemys tutkittavasta ilmiöstä ei tule esiin tarpeeksi laajasti, ja että näkyviin jää ainoastaan tutkijan oma näkemys ja ennakkoajatukset aiheesta ja miten ilmiö näyttäytyy. Liian laajat teemat taas tuottavat liian suuren aineiston ja tutkija joutuu jättämään osan raportin ulkopuolelle. Vastausten analysoinneissa käy ilmi, että tutkijoina pystyimme sulkemaan pois omat mielipiteet ja ideat koskien mobiilisovellusta. (Nieminen 1997, 217.)

Vapaamuotoisessa haastattelussa on taas luotettavuuden kannalta se riski, että haastateltava jättää jotain kertomatta, muunnella totuutta, muistaa väärin tai kertoa sellaista, mitä ajattelee haastattelijan haluavan kuulla syystä tai toisesta. Haastateltava saattaa myös suoraan valehdella. Raportissa tuleekin arvioida myös haastateltavan luotettavuutta ja tarinan paikkansapitävyyttä. Luotettavuutta lisää myös jos haastattelija on pitänyt haastattelun aikana päiväkirjaa, jossa kuvaa haastattelun kulkua. (Nieminen 1997, 217.) Motivoimme haastateltavia kertomalla heille etukäteen haastatteluaiheet ja siitä, miten tuloksia mahdollisesti voi tulevaisuudessa hyödyntää.

Haastatteluaineiston luotettavuutta arvioitaessa tulisi myös huomioda se, onko tapahtuma tapahtunut haastateltavalle joskus vuosia sitten. Aikaviive, joka tapahtuman ja tutkijalle annettavan kertomuksen välillä on saattaa olla muuttanut todellista tapahtumaa. Mitä pidempi aika tapahtumasta on, sitä varmemmin tutkittava on saattanut puhua asiasta omaisille, ammattiauttajille tai muille tahoille ja tapahtumat näyttäytyvät tutkijalle erilaisina kuin ne olivat tapahtumahetkellä. Haastattelu-tutkimuksessa aikaviivettä on mahdotonta hävittää täysin, mutta lopullisessa raportissa myös aikaviiveseikan vaikutusta tulisi arvioida. (Nieminen 1997, 217.) Arvioidessamme tutkimuksen luotettavuutta, ei aikaviive vaikuttanut merkittävästi tutkimuksen luotettavuuteen, sillä tiedustelimme nuorilta lähinnä heidän mielipiteitään ja havaitsemiaan asioita ja kokosimme näistä tutkimuksen aineiston.

Havainnoimalla kerätyn aineiston luotettavuuteen vaikuttaa tutkijan perehtyneisyys aiheeseen, suhde, joka tutkittavalle ja tutkijalle on kehittynyt, sekä havainnointiin käytetty aika.

Aiheeseen perehtyneisyys on tutkijalle etu, mutta saattaa myös olla haitta etukäteisasenteiden vuoksi. Tutkija saattaa jo etukäteen olettaa, mitä tulee havainnoimaan ja havaitsemaan. Ennakoasenteiden vuoksi tutkija ei välttämättä pysty huomaamaan uusia ja odottamattomia asioita ja näin ollen nämä jäävät raportoimatta. Tutkijan tuleen aina pitää mielessä omat ennakoasenteensa ja pyrkiä objektiivisuuteen aloittaessaan tutkimusta sekä tehdessään havain-
toja. (Nieminen 1997, 217- 218.)

Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös tutkittavien luottamus tutkijaan. Tutkittavien tulee voida luottaa siihen, että heidän esille tuomat asiat eivät käänny heitä vastaan tai tule aiheuttamaan heille harmia. Tutkimuksen luotettavuus lisääntyy, jos tutkija pystyy kuvaamaan raportissaan omaa asemaansa tutkittavassa yhteisössä. Luotettavuutta lisää myös havainnointiin käytetty aika, sillä liian lyhyt havainnointi saattaa vääristää tuloksia. Riittävänä havainnointiaikana pidetään aikaa, jolloin todetaan, ettei uutta havainnoitavaa enää ilmene. (Nieminen 1997, 218.)

Jotta havainnoitu aineisto olisi luotettava, tulee tutkijan tehdä havainnoinnin aikana muistiinpanoja sekä pitää havainnointipäiväkirjaa. Tutkija ei saa tehdä muistiinpanoissaan tai päiväkirjassaan tulkintoja tapahtumista, vaan esittää ne niissä, kuten ne ovat tapahtumahetkellä ilmenneet. (Nieminen 1997, 218.) Havainnoimamme aineiston luotettavuuden pyrimme takaamaan tutkimuksessa tekemällä nuorista havaintoja haastattelu hetkellä. Mind map-ryhmätyössä havainnoimme ryhmätyötilannetta sillä hetkellä sekä havainnointi aineisto talentui myös videolle, mikä lisää tutkimuksen havainnointimateriaalin luotettavuutta. Laadullisen aineiston analysointi vaatii tutkijalta kykyä tarkastella asioita eri näkövinkkeleistä, kykyä abstraktiin ajatteluun sekä luovuuteen. Aineistoa tulkitaan kehittämällä ylä- ja alaluokituksia. Luokitukset tulee löytää aineistosta eikä yhtä ainoaa tulkinnallista totuutta ole. Tutkijan tulee kirjata tarkasti luokitteluperusteensa luotettavuuden arvioimiseksi. Tutkijalla tulee olla esittää tarpeeksi alkuperäishavaintoja, kuten suoria lainauksia, dokumentoituja havaintoja, sillä luotettavuus löytyy havaintojen ja luokitusten loogisesta yhteensopivuudesta. (Nieminen 1997, 219.)

”Selkeä ja riittävä dokumentointi antaa lukijalle mahdollisuuden arvioida luokittelun onnistuneisuutta.” (Nieminen 1997, 219.)

Tutkijan tulee analyysissa kiinnittää huomiota, että käsitteellinen taso alaluokissa on johdonmukainen niistä muodostettujen yläluokkien kanssa. Jotta tutkimus olisi luotettava, muodostettujen luokkien tulee olla toisensa poissulkevia. Arvio luokituksen onnistumisesta tulee tutkijan raportoinnin, hänen ratkaisuilleen antamien perusteluiden sekä riittävän todistusaineiston perusteella. (Nieminen 1997, 219.)

Laadullisen tutkimuksen onnistuminen vaatii tutkijalta kykyä kirjoittaa hyvää tekstiä. Selkeitä ohjeita luotettavasta raportoinnista ei ole mutta sen tulee edetä yleisesti hyväksyttyjen ja tutkimuksesta toiseen samanlaisena toistuvien periaatteiden mukaan. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston kerääminen ja analysointi sekoittuvat toisiinsa. Tutkimuksen raportoinnissa on pyrittävä selkeyteen. Laadullisen tutkimuksen arviointi perustuu raportin arvioitavuuteen ja toistettavuuteen. Arvioitavuudella tarkoitetaan raportin selkeyttä ja seurattavuutta. Raportti tulee kirjoittaa niin, että lukija tulee vakuuttuneeksi tutkijan ratkaisujen oikeutuksesta, muodostettujen luokkien perusteluista ja tutkimuksen kulun luotettavuudesta. Hyvät tutkimusraportit ovat tuoreita, tuovat esiin uusia näkökulmia ja ovat selkeästi kirjoitettuja. Tutkimuksen arvoa nostavat raportin rakenteelliset ratkaisut, löydettyjen käsitteiden kuvaus sekä onnistunut nimeäminen. (Nieminen 1997, 220.)

8 Tulosten tarkastelu

Ryhtyessämme suunnittelemaan tutkimusta halusimme nimenomaan suunnitella pelin, jota nuoret tahtoisivat pelata. Oma ajatuksemme oli, että ennaltaehkäisevä päihdetyö kaipasi päivitystä ja siihen liittyvät pelit olivat pelillisesti tylsiä. Toiveenamme oli saada peli, joka olisi ominaisuuksiltaan sellainen, joka sisältäisi nuorten mielestä pelien parhaat ominaisuudet. Taustalla meillä oli ajatus, että peli olisi itsessään niin hyvä, että sitä haluaisi pelata pelkästään jo pelin takia. Pelaamisen ohella tulisi myös heräteltyä nuoria ajattelemaan heidän omaa päihteiden käyttöä. Nuorten oman ajattelun ja päätöksenteon tukeminen ja vahvistaminen oli yhtenä tärkeänä vaikuttimena. Nuoret ovat tutkitusti sosiaalisen paineen alaisia, mitä tulee päihteiden käyttöön ja kavereiden suosioon sekä siitä kilpailemiseen (Cacciatore 2007, 167 - 168.)

Lähtiessämme tekemään tutkimusta oli haasteena löytää riittävä määrä nuoria osallistumaan tutkimukseen. Tutkimuksen tyttöryhmä löytyi melko nopeasti ja teimme syksyn 2014 alkupuolella ensimmäisen haastattelun. Poikaryhmän etsiminen venytti hieman tutkimuksen aikataulua ja sai meidät tutkijoina ajoittain lannistumaan ja pohtimaan aiheemme mielekkyyttä nuorten keskuudessa. Harkitsimme tammikuun 2015 alussa, että jatkamme tutkimuksen tekemistä pelkän tyttöryhmän kanssa. Tammikuussa 2015 poikaryhmän löydyttyä pääsimme nopeassa tahdissa etenemään tutkimuksen suhteen. Tyttö- ja poikaryhmän osallistuminen tutkimukseen oli mobiilisovelluksen lopputuloksen kannalta rikkaus. Tutkimuksessa tytöt toivat enemmän esiin visuaalista- sekä pelin ennaltaehkäisevää- ja sosiaalista puolta, kun taas pojat keskittyivät enemmän pelin teknisiin ominaisuuksiin, kuten resoluutioon, pakattavuuteen ja erilaisiin tehosteisiin.

Kokonaaisuudessaan olemme tutkimusprosessiin tyytyväisiä. Tutkimussuunnitelma toteutui suunnitellusti, pysyimme kutakuinkin aikataulussa ja saimme tarpeeksi haastateltavia. Aineis-

to, jonka keräsimme, oli monipuolinen ja kattava. Tutkimuksessa on esiteltynä hyvin kaikki erilaiset näkökulmat ja näkemykset. Tutkimusprosessin alussa asetetut kolme tutkimuskysymystä säilyivät muuttumattomina prosessin loppuun asti. Teoriaa täydensimme kuitenkin aina opinnäytetyön viime metreille asti, tutkimuksessa esiinnousseiden asioiden perusteella. Suunnitellessamme mobiilisovellusta pyrimme painottamaan juuri nuorten oman ajattelun tuemista.

Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen (1) Miten nuorten elämässä näkyy päihteiden käyttö? Tutkimuksen nuoret olivat niin sanotun havainnoinnin varassa, sillä tutkimukseen osallistuneista nuorista yksi vastasi käyttävänsä silloin tällöin alkoholia. Yksikään haastatelluista ei käyttänyt tupakkaa tai muita päihteitä. Vastaus tukee Suomen nuorista tehtyjä tutkimuksia, joissa tuodaan esiin alkoholin ja tupakan käytön väheneminen 2000-luvulla ja raittiiden nuorten määrän lisääntyminen (Fröjd ym. 2009, 17). Nuorista Suomessa- tutkimuksessa (2014) mainitaan alkoholinkäytön vähentyneen kaikilla opiskeluvaiheilla peruskoulusta lukio- ja ammattikouluun. Myös yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijoiden alkoholinkäyttö on vähentynyt. Humalahakuinen juominen on vähentynyt yhdessä alkoholinkäytön vähenemisen kanssa. Kouluterveyskyselyiden mukaan myös 2000-luvulla tupakoivia nuoria on aikaisempia vuosia vähemmän. Vuonna 2013 tehdyssä kouluterveyskyselyssä, viidesosa peruskoulua käyvistä ja 15 prosenttia lukiota käyvistä tupakoi. (Koste 2014, 45.) Ryhmätyövaiheessa tutkimukseen osallistunut uusi tyttönuori ei vastannut taustakyselyymme laisinkaan, joten hänen vastauksensa alkoholin- ja mobiilisovellusten käytön osalta jää kysymysmerkiksi.

Toiseen tutkimuskysymykseen (2) Miten nuorten elämässä näkyy mobiilisovellusten käyttö? vastaaminen toi esiin nuorten viettävän aikaa internetissä ja mobiilisovellusten parissa noin kaksi tuntia päivässä. Tytöt mainitsivat käyttävänsä eniten sovelluksia, joilla voi pitää yhteyttä kavereihin sekä valokuvaus ja kuvanmuokkaussovelluksia. Pojat taas kertoivat käyttävänsä paljonkin erilaisia mobiilisovelluksia ja suosituimmiksi he mainitsivat pelit sekä yhteydenpito-sovellukset mutta myös puhelimen hallintaan liittyvät sovellukset olivat suosittuja. Tutkimukssamme saadut vastaukset tukevat Myllyniemen ja Bergin tekemän nuorten vapaa-aikatutkimuksen tuloksia, jossa kävi ilmi että, 15- 29-vuotiaat vastaajat olivat eniten yhteydessä ystäviinsä puhelimen tai internetin välityksellä ja yli puolet kaikista vastaajista kertoi olevan päivittäin ystäviinsä yhteydessä puhelimen ja internetin välityksellä. 15 -19-vuotiaiden keskuudessa sosiaalistenkontaktien ylläpidossa internet näytteli tärkeää osaa ulkona tapaamisen lisäksi. (Myllyniemi & Berg 2013, 32 -35.) Tytöt pitivät enemmän netin kautta yhteyttä kavereihinsa erilaisten yhteisö sivustojen kautta, kun taas pojat käyttivät nettiä enemmän pelaamiseen. Poikien netissä viettämä aika oli huomasti isompi kuin tyttöjen. (Myllyniemi & Berg 2013, 25 -26.) Poikien käyttämä aika ei erottunut omassa tutkimukssamme tyttöjen internetissä käyttämästä ajasta. Molemmat ryhmät kertoivat käyttävänsä sovelluksia noin kaksi tuntia päivässä. Emme kartoittaneet tutkimukssamme internetin käyttöä erillisenä osana sovel-

lusten käyttöä, minkä vuoksi tuloksemme eivät välttämättä ole suoraan vertailukelpoisia aiempien tutkimuksien kanssa internetin käytön osalta.

Kolmanteen tutkimuskysymykseen (3) Miten nuoret yhdistäisivät mobiilisovellukset ja ennaltaehkäisevän päihdetyön? saimme hyvän ja selkeän suunnitelman mobiilisovelluksesta. Valmis suunnitelma löytyy raporttimme Mobiilisovelluksen suunnitelman sisällön kokoaminen osiosta. Jouduimme kuitenkin tutkijoina jättämään viimeisestä versiosta joitakin asioita pois, jotta pelistä saatiin yhteneväinen ja selkeä kokonaisuus. Haastateltavien mukaan pelin tulisi olla tasohyppelypeli, sillä tietovisoja ei pidetty tarpeeksi mielenkiintoisina tai useaan kertaan pelattavina. Peliin nuoret halusivat avatarin, sillä tämä tekee pelistä samaistuttavamman ja vaikuttavamman. Tämä tutkimustulos tukee Vuorelan kirjassaan esille tuomaa väitettä, jossa pelaaja käyttää pelihahmoa samaistumiskohteena. Pelihahmolle voidaan luoda samanlaisia tunteita ja motivaatioita, jos pelaajan halutaan samaistuvan hahmoon. (Vuorela 2007, 27 - 28.) Kuten aiemmin mainitsimme, jouduimme tutkijoina jonkin verran vaikuttamaan pelin lopulliseen versioon ja karsimme pelin viimeisessä vaiheessa pelistä joitakin asioita pois, jotta saimme pelistä yhteneväisen. Karsimisemme oli ehkä osaltaan passiivista mutta koska viimeinen ryhmä ei itse suoranaisesti uskaltanut täysin karsittavia asioita tyrmätä, teimme tutkijoina lopullisen päätöksen. Suurin yksittäinen päätös oli lähteä tukemaan vain yhtä avataria useamman päähahmon sijaan. Osa karsittavista asioista, kuten päihitteeseen osuminen ja kaupungin rappeutuminen, karsiutuivat luonnostaan pois, pelin keskittyessä avatarisiin. Erilaiset tehtävät, kuten huumeiden viljely ja myyminen taas muotoutuivat nuorten toimesta pelin sivujuonteiksi. Uudet hallittavat hahmot, vaihtuivat avatarin jälkikasvuksi. Viimeisimmästä versiosta pois karsiutuneet asiat hakivat muotoaan vielä ennen viimeistä mind map-ryhmätyötä. Viimeisen mind map-ryhmätyön aikana me tutkijoina teimme vain lopullisen päätöksen jättää asiat pois, koska niitä ei olisi saatu sellaisenaan sopimaan lopulliseen versioon.

Ennaltaehkäisevää päihdetyötä nuoret toivat esiin juuri avatarin ulkonäön muuttumisella, päihhteiden käytön seurauksena ja tämä koettiin vaikuttavimpana keinona ehkäistä päihhteiden käyttöä nuorten keskuudessa. Mahdollisuus nähdä, millaista päihhteidenkäyttäjän elämä voisi olla, oli yksi nuorten mielestä ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukeva elementti. Pelissä tulisi nuorten mukaan olla mahdollisuus ansaita tai menettää pisteitä tai rahaa, jotta peliin saadaan tietynlainen koukuttava ja kannustava aspekti. Tämä tulos on yhteneväinen Vuorelan pelejä käsittelevän kirjan sisällön kanssa, jonka mukaan peleissä pelaaja pääsee hetkeksi kokemaan olevansa jossain muualla. Hän pääsee kokemaan jotain, mikä ei arkielämässä ole mahdollista. (Vuorela 2007, 27 - 28.)

Ennaltaehkäisevää päihdetyötä edistävä peli ei saa nuorten mielestä sisältää liikaa pelottelua, vaan olla enemmänkin herättelevä ja saada nuoret ajattelemaan itse päihhteiden haittoja. Pelin pitää pysyä realistisena ja se ei saa liioitella alkoholin haittoja, muuten siitä menee us-

kottavuus. Tämä tukee myös aikaisempia tutkimuksia koskien nuorille kohdistettua ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Nuorten kohdalla päihdetyön tarkoituksena on antaa nuorille tukea itsenäisiin ja perusteltuihin ratkaisuihin, jotka kasvattavat nuoren kokemusta elämänhallinnasta sekä terveyttä edistävästä ratkaisusta (Inkinen ym. 2000, 169). Päihteistä tulee kertoa ja keskustella avoimesti sekä haittoja liioittelematta, mutta tietoon perustuvan päättelyn voi jättää nuorille itselleen (Fröjd ym. 2009, 32). Haastateltavien mielestä pelin tuli olla verrattavissa normaaliin elämään ja näin pelin edetessä päihteidenkäytön seurauksena tulisivat käytön haitat paremmin näkyviin. Tämä oli myös oma ajatuksemme ryhtyessämme suunnittelemaan ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevaa mobiilisovellusta. Jouduimme olemaan huolellisia siinä, että emme tuo omia näkemyksiämme ja ennako-odotuksiamme pelin suhteen esille missään vaiheessa, vaan annamme nuorten suunnitella heille mieleisensä pelin.

Haastateltavat nuoret olivat myös yksimielisiä siitä, että pelin tulee olla tyyliältään koukuttava, muuten sitä ei tule pelattua. Ulkonäöllisesti pelin tuli olla mahdollisimman realistinen ja tämä päti myös pelissä olevaan äänimaailmaan. Käytettävyyden suhteen haastateltavilta nousi esiin ensimmäisenä pelin yksinkertaisuus, koukuttavuus ja se, että sitä on mahdollisuus pelata yksinpelinä, kaksinpelinä ja moninpelinä. Peli täytyy myös suunnitella niin, että nappulat eivät ole liian suuria suhteutettuna näyttöön ja asetusten tulle olla helposti hallittavissa. Pelin tulee heidän mukaansa olla helposti opittavissa ja pelattavissa, vaikkei kaikkea olisi ymmärtänytkään. Pelin ei pidä pitää sisällään liian pitkiä tekstiosuuksia. Myös pelitulosten jakaminen sosiaalisessa mediassa, reaaliaikaisesti kaverin kanssa pelaaminen sekä kaverin valintojen seuraaminen olivat yksi isoimpia puheenaiheita käytettävyyden suhteen.

Pelin myötä, nuoren sitä pelatessa, hän saisi samalla tietoa päihteistä, niiden haitoista ja mahdollisista hyödyistä ja antaisi näin nuorelle itselleen mahdollisuuden pohtia omaa päihteiden käyttöönsä tai mahdollisesti sen aloituksen lykkäämistä tai hylkäämistä kokonaan. Sosiaalisten ja toiminnallisten harjoitusten avulla voidaan lisätä nuoren itseluottamusta ja päätöksentekokykyä sekä sitä myötä nuoren on helpompi tehdä itsenäisiä valintoja esimerkiksi kun hänelle tarjotaan päihteitä, sosiaalisista paineista huolimatta (Inkinen ym. 2000, 170). Oletamme, että peli on itsessään niin hyvä ja sitä pelataan pelin ominaisuuksien takia sekä nuori tulee samalla myös sisäistäneeksi jotakin ennaltaehkäisevän päihdetyön menetelmiä ja informaatiota. Sisäistämisen myötä nuori saattaa tehdä elämässään valintoja, jotka tukevat häntä päihteettömään elämään ja rohkaisee nuorta vastustamaan sosiaalista painetta, joka monesti on osa nuoruutta. Pelin positiivisilla vaikutuksilla saattaa olla myös laajempia vaikutuksia jos nuori tai nuoret vievät pelistä samaansa tietoja eteenpäin ja näin ollen ehkä suurempi joukko nuoria uskaltaa valita päihteettömämmän tai täysin päihteettömän elämän.

9 Jatkohaasteet

Yhtenä haasteena tutkimuksen tekemisessä näimme tutkimuksen aiheen tuoreuden: nuorten itsensä suunnittelema mobiilisovellus, joka tukee ennaltaehkäisevää päihdetyötä. Tutkimusta tehdessä nousi esille, että terveysaiheisia pelejä ei ole tutkittu eikä suunniteltu kovinkaan paljon. Niistä kuitenkin ennustetaan uutta kansainvälistä jättibisnestä. Peliala yhdistettynä hyvinvointiin on vielä niin lapsenkengissä, että melkein kenellä tahansa olisi mahdollisuus päästä loistamaan, kun yhdistäisi yksinkertaisuuden ja koukuttavuuden terveyspeliin. Nämä kaksi termiä tulivat eniten esille hyvän pelin ominaisuutena tekemässämme tutkimuksessa. Vahvuutena aiheen tuoreuden käsittelemisessä näimme kohdejoukon, nuorien, kohtaamisen. Meillä, molemmilla tutkijoilla, on laaja henkilökohtainen kokemus nuorten parissa työskentelemisestä ja heidän kohtaamisestaan sekä mielenterveys- ja päihdehuollon parissa työskentelemisestä. Tästä kokemuksesta uskomme olleen apua teoriaosion ja viitekehyksen rakentamisessa tutkimukselle.

Osaltaan mietimme haastatteluryhmämme päihteiden käyttöä tutkimuksen lopputuloksen kannalta. Haasteenamme oli löytää haastateltavia riittävä määrä, kuten olemme aiemmin tutkimuksessamme todenneet. Pelin lopputuloksen kannalta olisi mielenkiintoista tietää, olisiko haastateltavien runsaampi päihteiden käyttö vaikuttanut saatuun lopputulokseen. Jatko-tutkimuksen paikka voisi olla myös millaisen pelin sellaiset nuoret olisivat kehittäneet, joiden päihteiden käyttö olisi ollut suurempaa tai olisiko sillä edes tutkimuksen kannalta merkitystä. Mietimme myös sitä, tulisiko vanhempien osuutta korostaa pelin sisällössä. Toki peli on nuorten suunnittelema ja vanhemmat näkyivät pelissä, vain ”keskeyttäessään kotibileet” sekä meidän oman tulkintamme mukaan vanhemmat tai lähinnä heidän reaktionsa, näkyivät pelissä ja nuorten maailmassa itsestään selvänä sekä ääneen sanomattomana seurauksena ”bileissä hajonneista tavaroista”.

Tutkimuksen tekemisen aikana emme myöskään löytäneet yhtään vastaavanlaista nuorten suunnittelemaa terveyspeliä. Terveyspeli tutkimusten mukaan motivoi pelaamaan ja oppimaan uusia asioita, joten tämän tyylisellä pelillä voisi olla käyttöä myös opetustarkoituksessa. Peli olisi hyvin muunneltavissa myös erilaisiin käyttäjälähtöisiin tarkoituksiin. Esimerkiksi sitä voisi muunnella ikäihmisten tukemiseen, mielenterveys- ja päihdetyöhön tai vaikka riippuvuuksista kärsivien ihmisten auttamiseen.

Kyseessä olevaa tutkimusta voi jatkaa esimerkiksi viemällä pelisuunnitelman toteutukseen. Peliyhtiöt tai hyvinvointiteknologiayritykset voisivat kiinnostua pelin viemisestä eteenpäin. Idea on jo toteutusta vaille valmis. Haastateltavilta nuorilta tuli idea myös rahoituksen hoidamiseen niin sanotun piilomainnon keinoin pelissä. Peliin voisi upottaa oikeiden olemassa olevien yritysten ja kauppojen mainoksia sekä logoja. Esimerkkeinä he mainitsivat, että kau-

pungissa jossa avatar elää, voisi olla BikBok, Hesburger ja Alko. Yritykset maksaisivat pelissä olemisesta rahaa pelifirmalle ja saisivat näin myös näkyvyyttä yritykselleen. Pelissä sijaitsevassa kaupungissa voi olla myös yritysten mainoksia, kuten normaalissa katukuvassa. Mukana olevien yritysten kanssa voitaisiin yhdessä miettiä, millä tapaa he näkyisivät realistisesti pelin katukuvassa. Esimerkiksi Alkolla on näkyviä kampanjoita liittyen alkoholin käyttöön, joten Alko voisi liikkeenä näkyä paitsi logona tai mainoksena, myös jollain tapaa informaation tuojana. Yrityksille voisi tarjota mahdollisuuden lähteä mukaan peliin ja pelifirmalla voisi olla markkinointiosasto, joka suunnittelee mahdollisen yritysnäkyvyyden pelissä. Nuorten tuomaa ajatusta mainonnasta tulisi kehittää yhdessä valittujen yritysten kanssa.

Pelin mennessä toteutukseen olisi tutkijoilla toiveena, että pelin toteuttava tiimi koostuisi hyvistä pelisuunnittelijoista. Olisi hyvä, että mukana olisi päihteisiin ja terveyteen erikoistuneita alanammattilaisia pelisuunnittelun tukena. Nuorten peliin suunnitteleman faktatiedon tulisi näkyä lopullisessa peliversiossa. Pelisuunnittelijoiden tulisi suunnitella peli niin, että se oikeasti palkitsee pelaajansa oikeanlaisesta pelaamisesta. Ihminen luonnollisesti välttelee rangaistuksia ja tavoittelee palkintoja. Peli on helppo pelata läpi myös ilman päihteiden käyttämistä. Suunnittelijoiden haasteena onkin, kuinka suunnitella peli sellaisiin opintokokonaisuuksiin, että pelaaja oppii aina jotain eikä vain ulkomuistista tee jotain ratkaisua.

Tutkimuksen tuloksia voi hyödyntää myös antamalla pelin kokeiluun nuorille, jotka ovat sen suunnitelleet. Pelistä voitaisiin tehdä myös demoversion, jota nuoret pääsisivät parantelemaan ja tämän jälkeen tehtäisiin varsinainen mobiilisovellus. Terveyspeleistä tarvitaan enemmän tutkimustuloksia, jotta niiden vaikuttavuutta voitaisiin paremmin arvioida. Olisi myös mielenkiintoista tutkijana nähdä, millaisen pelin nuoret ovat itselleen suunnitelleet. Valmiina tämä sovellus saattaisi päästä oikeuksiinsa myös kouluissa, joissa se tavoittaisi nuoret opetustarkoituksessa yleisten mobiilisovelluskauppojen ohella. Terveyssovellukset ja -pelit ovat hyvät tapa tavoittaa kuluttajia. Uskotaan, että tulevaisuudessa terveyspelit ovat terveydenhuollon yksi tapa taistella kansansairauksia vastaan.

Lähteet

Kirjalliset lähteet

- Anttila, P. 2005. Ilmaisui, teos, tekeminen ja tutkivat toiminta. Artefakta 16. Hamina: Akatii-mi Oy.
- Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin. Eväitä tyttöinä ja poikana kasvami-sen haasteisiin syntymästä murrosikään-opas vanhemmille. Porvoo: WSOY.
- David, M. 2006. Serious Games: Games that educate, train and inform. Boston, Mass: Thomson Course Technology.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Fröjd, S., Kaltiala-Heino, R., Ranta, K., Pahlen von der, K. & Marttunen M. 2009. Nuorten ah-distuneisuus ja päihteiden käyttö-Tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville ai-kuisille. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Jyväskylä: Gummerus Oy.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu - Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus - Helsinki University Press.
- Heikkinen, H., Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.) 2006. Toiminnasta tietoon. Toiminta tutkimuk-sen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura.
- Huhtamo, E. & Kangas, S. 2002. Mariosofia. Elektronisten pelien kulttuuri. Helsinki: Gaudea-mus.
- Iivonen, M. & Lamminpää, R. 2004. www.murrosikä.fi. Helsinki: Väestöliitto.
- Inkinen, M., Partanen, A. & Sutinen, T. 2000. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.
- Juujärvi, S. 2013. Luentomateriaali 5.9.2013. Kehittämisen tutkimukselliset paradigmat. Lau-rea ammattikorkeakoulu. Terveiden edistämisen ylempi ammattikorkeatutkinto.
- Kemppinen, P. 2001. Kasvatuksen maailmat. Kadotettua kasvatusvastuuta etsimässä. Vantaa: Kannustusvalmennus P. & K.
- Kinnunen, J., M., Lindfors, P., Pere, L., Ollila, H., Samposalo, H. & Rimpelä, A. 2013. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977 - 2013. Nuorten terveystapatutkimus 2013. Sosi-aali- ja terveysministeriö. Helsinki.
- Koppinen, M-L. 2007. Oppimispelit - motivoiva tapa oppia: PedaGames - ohjausryhmän näkö-kulma oppimispeleihin. Teoksessa Birgitta Mannila, Raija Hämäläinen & Kimmo Oksanen (toim.), Pelaa ja opi: räätälöityjä verkkopelejä ammatilliseen oppimiseen. Jyväskylä: Jyväsky-län yliopisto, Koulutuksen tutkimuslaitos.
- Koste, A. 2014. Nuorista Suomessa 2014. Helsinki: Suomen Nuorisoyhteistyö - Allianssi ry.
- Lämsä, A-L. 2009. Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Manninen, T. 2007. Pelisuunnittelijan käsikirja: ideasta eteenpäin. Tallinna: Rajalla.
- Meisalo, V., Sutinen, E. & Tarhio, J. 2000. Modernit oppimisympäristöt. Tietotekniikankäyttö opetuksen ja oppimisen tukena. Juva: WS Bookwell Oy.

- Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International Methelp.
- Miettinen, S. 2011. Palvelumuotoilu- uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Helsinki: Teknologiainfo Teknova Oy. Tammerprint Oy.
- Myllyniemi, S. 2009. Aika vapaalla - nuorten vapaa-aikatutkimus 2009. Helsinki: Opetusministeriö: Nuorisotutkimusverkosto: Nuorisoasiain neuvottelukunta.
- Nieminen, H. 1997. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa: Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2006. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. WSOY Oppimateriaalit Oy. 215-220.
- Niipola, J. 2012. Pelisukupolvi. Suomalainen menestystarina Max Paynestä Angry Birdsiin. Helsinki: Johnny Kniga Publishing.
- Nurmi, A. 2012. Mobiiliteknologia lapsen näkökulmasta. Toisen luokan oppilaiden ajatuksia kännykästä ja sen käytöstä. Sosiaalialan koulutusohjelma. Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Pohjola, J. 2003. Ilme. Visuaalisen identiteetin johtaminen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampere University Press.
- Robson, C. 2001. Käytännön arvioinnin perusteet. Helsinki: Tammi.
- Ryhänen, F. & Lehto, P. (toim.). 2014. Hyvinvointiteknologiat käyttöön. mHealth booster -hankkeen loppuraportti. Laurea-ammattikorkeakoulu Oy.
- Seppälä, P. & Mikkola, T. 2004. Huumeet internetissä ja nuorisokulttuureissa: havaintoja huumeiden merkityksistä ja riskikäsitteistä käyttäjäpiireissä. Helsinki: Stakes.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2013. Laatutähteä kiertämässä. Ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirja. Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tynjälä, P. 2000. Oppiminen tiedon rakentamisena. Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Tammi.
- Van Zyl, A. 2014. Effective educational methods in educational video games. Bachelor's Thesis Degree Programme in Media. Tampereen ammattikorkeakoulu.
- Vehviläinen-Julkunen, K. 2006. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa: Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2006. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. WSOY Oppimateriaalit Oy. 26-31.
- Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi
- Vuorela, V. 2007. Pelintekijän käsikirja. Helsinki: BTJ Kustannus.
- Wais, M. 2005. Lapsuus ja nuoruus nykyaikana-kasvatuksen mielekkyydestä ja mielettömyydestä. Tallinna: Kirjakas Ky.
- Whitton, N. 2009. Learning with Digital Games. A practical Guide to Engaging Students in Higher Education. New York: Routledge.

Sähköiset lähteet

Arnseth, H. 2006. Learning to Play or Playing to Learn - A Critical Account of the Models of Communication Informing Educational Research on Computer Gameplay. The international journal of computer game research. Volume 6, issue 1, December 2006. Viitattu 30.3.2015 <http://gamestudies.org/0601/articles/arnseth>

Clark, J. 2013. History of Mobile Applications. MAS: Theory and practice of Mobile Applications. Viitattu 29.5.2014. <http://www.uky.edu/~jclark/mas490apps/History%20of%20Mobile%20Apps.pdf>

Free, C., Phillips, G., Galli, L., Watson, L., Felix, L., Edwards, P., Patel, V., Haines, A. Pub-Med. 2013. The effectiveness of mobile-health technology-based health behaviour change or disease management interventions for health care consumers: a systematic review. Viitattu 10.1.2014. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=the+effectiveness+of+mobile+health+technology-based+health+behavior+change>

Guy, S.; Gwadry-Sridhar, F. & Ratzki-Leewing A. 2011. Moving beyond the stigma: Systematic review of video games and their potential to combat obesity. International Journal of Hypertension. Vol. 2011. Viitattu 5.3.2015. <http://www.hindawi.com/journals/ijhy/2011/179124/>

Hyvönen, P. 2012. Desing tutkimuksen lähtökohtia. Viitattu 13.3.2015. <http://www.slideshare.net/pirikko/dbr-johdanto-2012>

Jyväskylän yliopisto. 2014. Moniviestin. Nuoruus elämänvaiheena. Viitattu 6.3.2015. <https://moniviestin.jyu.fi/ohjelmat/erillis/avoin/kasvatustiede/nuoruus>

Kirriemuir, J. & McFarlane, A. 2004. Literature Review in Games and Learning. Graduate School of Education. Futurelab series, report:8. Bristol, United Kingdom. Viitattu 29.9.2013. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00190453/document>

KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Viitattu 14.3.2015. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>.

Mannerheimin lastensuolejuliitto. 2015. Murrosiänkynnyksellä. Vanhempainnetti. Viitattu 30.3.2015. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/murrosian_kynnyksella/

McLeod, S. 2014. Skinner-operant conditioning. Viitattu 30.3.2015. <http://www.simplypsychology.org/operant-conditioning.html>

McLeod, S. 2013. Behavioristic Approach. Viitattu 30.3.2015. <http://www.simplypsychology.org/behaviorism.html>

McVicar, E. 2012. Designing for Mobile, Part 1: Information Architecture. Viitattu 30.3.2015. <http://www.uxbooth.com/articles/designing-for-mobile-part-1-information-architecture/>

Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Valtion liikuntaneuvosto. Nuorisoasiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusseura. Viitattu 13.3.2015. https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeell%C3%A4_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf

Nuorisolaki 2006 / 72, 27.01.2006. Viitattu 6.3.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=nuori>

Nuorisotyön tallentamiskeskus. 2014. Nuoperi. Sanastoa. Viitattu 6.3.2015.
<http://www.nuoperi.fi/sanasto2.php?id=18>

Päihdehuoltolaki. 2015. 1-3§ (17.1.1986/41) Viitattu 23.3.2015.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Saarenpää, H. 2009. Johdatusta oppimispelien ja pelaamalla oppimisen maailmoihin. Viitattu 18.3.2015. <http://pelitieto.net/oppimispelit-ja-hyotypelaaminen/>

Schoffman, D.E., Turner-McGrievy, G., Jones, S.J. & Wilcox, S. 2013. PubMed. Mobile apps for pediatric obesity prevention and treatment, healthy eating, and physical activity promotion: just fun and games? Viitattu 10.1.2014.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24073184>

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. 2015. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu 21.3.2015.
http://www.stm.fi/hyvinvointi/paihdehaitat/ehkaiseva_paihdytyo

Thompson, D., Baranowski, T. & Buday, R. 2012. PubMed. Conceptual model for the design of a serious video game promoting self-management among youth with type 1 diabetes. Viitattu 9.1.2014.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=conceptual+model+for+the+design+of+a+serious+videogame>

Thompson, D. 2012. PubMed. Designing serious video games for health behavior change: current status and future directions. Viitattu 15.1.2014.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Designing+serious+video+games+for+health+behaviour>

Trybus, J. 2014. Game-Based Learning: What it is, Why it Works, and Where it's Going. New Media Institute. Viitattu 30.3.2015. <http://www.newmedia.org/game-based-learning--what-it-is-why-it-works-and-where-its-going.html>

Vesselkov, A., Riikonen A. & Hämmäinen, H. 2014. Mobile Handset Population in Finland 2005-2013. Aalto University School of Electrical Engineering. Viitattu 29.3.2014.
https://research.comnet.aalto.fi/public/Mobile_Handset_Population_2005-2013.pdf

Willberg, E. 2009. Teoreettisen viitekehyksen rakentaminen. Pro seminaari ja kandidaatin opinnäytetyö. Viitattu 2.1.2013.
<https://www.jyu.fi/edu/laitokset/eri/opiskelu/opiskelu-info/prosem/viitekehys>

Kuviot

Kuvio 1. Tutkimuksen viitekehys	10
Kuvio 2. Toimintatutkimuksen syklit	28
Kuvio 3. Teema-alueiden sijoittuminen tutkimusprosessissa	33
Kuvio 4. Opinnäytetyön prosessi	38

Liitteet

Liite 1 Suostumuslomake tutkimukseen vanhemmilta.....	67
Liite 2 Saatekirje vastaajalle ja taustatietojen kyselylomake	69
Liite 3 Teemahaastattelurunko.....	72
Liite 4 Havainnointilomake haastattelutilanteisiin	74

Liite 1 Suostumuslomake tutkimukseen vanhemmilta
Arvoisa vanhempi,

Opiskelemme Laurea- ja Diak-ammattikorkeakoulujen yhteisessä koulutusohjelmassa Johtaminen perhekeskeisessä työssä. Suunnittelemme opinnäytetyöksemme ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevaa mobiilisovellusta nuorille. Teemme suunnitelman sovelluksesta yhdessä nuorten kanssa, jotta siitä tulisi sellainen, jota nuoret haluaisivat pelata. Sovelluksen tulisi kertoa nuorille faktatietoa päihteistä ja tämä lisäisi nuorten oman elämän hallinnan tunnetta.

Opinnäytetyömme liittyy mHealth booster-hankkeeseen, joka on ESR:n ja Uudenmaan ELY-keskuksen rahoittama hanke. Hanke toteutetaan yhteistyössä Laurea Otaniemen ja Laurea Tikkurilan kanssa ajalla 1.8.2013 - 31.12.2014.

Pyydämme suostumusta haastatteluun, joka suoritetaan, *tähän tulee päivä, paikka ja osoite*. Haastatteluun on valikoitunut satunnaisesti yhteensä noin 10 nuorta. Haastattelut tehdään kahdessa osiossa. Ensin suoritetaan alustava teemahaastattelu viiden nuoren ryhmällä. Kun ensimmäinen haastattelu on analysoitu sekä olemme saaneet valmiiksi ensimmäisen suunnitelman mobiilisovelluksesta, suoritetaan toinen ryhmätyö-tyyppinen haastattelu samalle viiden nuoren ryhmällä.

Ensimmäinen haastattelu suoritetaan perinteisesti haastattelemalla, nauhoittamalla, tallentamalla ja tekemällä muistiinpanoja haastattelun aikana. Jälkimmäinen haastattelutyypinen ryhmätyö videoidaan, jotta saamme mielipiteet tallennettua tarkasti.

Haastattelujen materiaali käsitellään anonyymisti ja luottamuksellisesti eikä haastateltavan henkilöllisyys tule paljastumaan opinnäytetyön tuloksissa. Kaikki materiaali haastatteluista tullaan hävittämään opinnäytetyön valmistuttua ja haastatteluja käytetään vain opinnäytetyömme aineistona. Haastateltavalla on oikeus keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa.

Haastattelut tapahtuvat *tähän tulee päivä* (päivät sovitaan ryhmän kanssa erikseen). Opinnäytetyön tuloksista raportoidaan haastatelluille työn valmistuttua.

Vastaamme mielellämme lisäkysymyksiin.

Pyytäisimme palauttamaan lupalapun haastatteluun saavuttaessa.

Ystävällisesti

Tanja Niemi
Laurea-ammattikorkeakoulu
tanja.niemi@student.laurea.fi
p. 04*****

Anna Tuovio
Diak-ammattikorkeakoulu
anna.tuovio@student.diak.fi
p. 04*****



Nuoren nimi _____

Lapseni saa osallistua haastatteluun, haastattelun nauhoittamiseen, videointiin ja havainnointiin ()

Lapseni ei saa osallistua haastatteluun, haastattelun nauhoittamiseen, videointiin ja havainnointiin ()

Päivämäärä, huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennös:

___/___ 2014 _____

Liite 2 Saatekirje vastaajalle ja taustatietojen kyselylomake

Hyvä vastaaja,

Opiskelemme Laurea- ja Diak-ammattikorkeakoulujen yhteisessä koulutusohjelmassa Johtaminen perhekeskeisessä työssä. Suunnittelemme opinnäytetyöksemme ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevaa mobiilisovellusta nuorille. Teemme suunnitelman sovelluksesta yhdessä Teidän kanssa, jotta siitä tulisi sellainen, jota nuoret haluaisivat pelata. Sovelluksen tulisi kertoa nuorille faktatietoa päihteistä ja tämä lisäisi nuorten oman elämän hallinnan tunnetta.

Opinnäytetyömme liittyy mHealth booster-hankkeeseen, joka on ESR:n ja Uudenmaan ELY-keskuksen rahoittama hanke. Hanke toteutetaan yhteistyössä Laurea Otaniemen ja Laurea Tikkurilan kanssa ajalla 1.8.2013 - 31.12.2014.

Haastattelut tehdään kahdessa osiossa. Ensin suoritetaan alustava teemahaastattelu viiden nuoren ryhmälle. Kun ensimmäinen haastattelu on analysoitu sekä olemme saaneet valmiiksi ensimmäisen suunnitelman mobiilisovelluksesta, suoritetaan toinen ryhmätyö-tyyppinen haastattelu samalle viiden nuoren ryhmälle.

Ensimmäinen haastattelu suoritetaan perinteisesti haastatteleamalla, videoimalla ja tekemällä muistiinpanoja haastattelun aikana. Jälkimmäinen haastattelutyypinen ryhmätyö videoidaan, jotta saamme mielipiteet tallennettua tarkasti.

Haastattelujen materiaali käsitellään anonymisti ja luottamuksellisesti eikä haastateltavan henkilöllisyys tule paljastumaan opinnäytetyön tuloksissa. Kaikki materiaali haastatteluista tullaan hävittämään opinnäytetyön valmistuttua ja haastatteluja käytetään vain opinnäytetyömme aineistona. Haastateltavalla on oikeus keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa.

Haastattelut tapahtuvat syyskuussa (11.9.2014) ja tammikuussa 2015 (päivä sovitaan ryhmän kanssa erikseen). Opinnäytetyön tuloksista raportoidaan haastatelluille työn valmistuttua.

Keräämme oheisella lomakkeella taustatietoja. Vastaaminen vie aikaa noin 5-10 minuuttia. Kysymykset on jaoteltu kolmeen osioon aihepiireittäin. Kyselyyn vastataan nimettömänä ja vastaajien anonymiteetti säilytetään koko prosessin ajan.

Kiitos jo etukäteen mielenkiinnosta, vastaamme mielellämme lisäkysymyksiin. Osallistumisesi tutkimukseen on meille arvokasta!

Tanja Niemi

Anna Tuovio

Laurea-ammattikorkeakoulu
tanja.niemi@student.laurea.fi
p. 0407603061

Diak-ammattikorkeakoulu
anna.tuovio@student.diak.fi
p. 0405641799

Vastaa kysymyksiin kirjoittamalla vastaus ja/tai ympyröimällä oikea vaihtoehto.

1. Taustatiedot

- a) Ikä _____
- b) Sukupuoli _____ tyttö/poika

2. Päihteiden käyttö

- a) Käytätkö päihteitä? kyllä/ei
- b) Mitä päihteitä käytät?

- c) Oletko koskaan sekakäyttänyt päihteitä? kyllä/ei
- d) Käytätkö päihteitä seurassa vai yksin? seuras-
sa/yksin/molempia
- e) Minkä ikäisenä käytit päihteitä ensimmäisen kerran?

- f) Kuinka usein käytät päihteitä?

- g) Montako annosta otat ”kerralla”?

- h) Mistä saat päihteitä?

- i) Ovatko päihteet vaikuttaneet sosiaalisiin suhteisiin? Lisääntyykö mielestäsi esimerkiksi sosiaalisen median käyttö kännykän kautta päihteiden vaikutuksen alaisena? kyllä/ei
- j) Mihin tarkoitukseen käytät päihteitä?

3. Mobiilisovellusten käyttö

- a) Käytätkö mobiilisovelluksia? kyllä/ei
- b) Mitä mobiilisovelluksia käytät?

- c) Käytätkö sovelluksia seurassa esimerkiksi pelaamalla kavereita vastaan vai käytätkö mobiilisovelluksia yksin? yksin/seurassa/molempia
- d) Minkä ikäisenä käytit sovelluksia ensimmäisen kerran?

- e) Kuinka usein käytät mobiilisovelluksia?

- f) Kuinka paljon aikaa käytät keskimäärin mobiilisovelluksiin päivässä?

- g) Käytätkö maksullisia vai ilmaisia mobiilisovelluksia? maksul-
lisia/ilmaisia/molempia
- h) Onko mobiilisovellusten käyttö vaikuttanut sosiaalisiin suhteisiin? Tapaatko ystäviä vä-
hemmän ja oletko enemmän mobiilisovellusten välityksellä heihin yhteydessä? kyllä/ei
- i) Mihin tarkoitukseen käytät mobiilisovelluksia?

Liite 3 Teemahaastattelurunko

1. Millaisia ilmiöitä tai tapahtumia on nuorten keskuudessa päihteiden käyttöön liittyen?

- Mitä päihteitä käytätte ja missä yleensä käytätte?
- Keiden kanssa käytätte päihteitä?
- Onko nuorten päihteiden käyttö mielestänne muuttunut? (Lisääntynyt? Vähentynyt?)
- Onko päihteiden käyttö nuorista negatiivinen vai positiivinen asia?
- Miten päihteiden käyttö näkyy mielestänne pojilla ja tytöillä? Onko mielestänne eroa?
- Vaikuttaa päihteiden käyttöön mielestänne hengailupaikkojen sijainti?
- Onko päihteiden käytössä nuorilla mielestänne eroa kesällä ja talvella?
- Näkyykö päihteiden käytössä internet, kännykät, mobiilisovellukset? Millainen rooli on mielestänne internetillä? Kännyköillä? Pelisovelluksilla?
- Mikä on nuorten ajatus ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä?
- Miten parantaisitte ennaltaehkäisevää päihdetyötä?
- Miten nuorten päihteiden käyttöä pitäisi mielestänne ennaltaehkäistä?
- Mitä nuorten päihteiden käytön kanssa pitäisi mielestänne tehdä?

2. Millaisia ilmiöitä ja tapahtumia on nuorten keskuudessa mobiilisovelluksiin liittyen?

- Mitä mobiilisovelluksia nuoret mielestänne käyttävät ja missä tilanteissa?
- Ketkä mielestänne käyttävät mobiilisovelluksia?
- Minkälaisia mobiilisovelluksia mielestänne käytetään mieluiten? Onko ne mielestänne pelisovelluksia? (Simulaatio, avatar-hahmot, tietovisat, tasohyppelyt? Yksinpeli, kaksinpeli, monipeli?)
- Onko nuorten mobiilisovellusten käyttö mielestänne muuttunut? (Lisääntynyt? Vähentynyt? Näkyykö käytössä älypuhelimet?)
- Ovatko mobiilisovellukset mielestänne negatiivinen vai positiivinen asia?
- Onko mielestänne tyttöjen ja poikien mobiilisovellusten käytössä sukupuolten välisiä eroja?
- Oletteko huomanneet missä mobiilisovelluksia käytettäisiin eniten?
- Onko vuoden ajalla eroa mielestänne mobiilisovellusten käytössä?
- Millainen rooli mobiilisovellusten käytössä on internetillä? (Kännyköillä? Pelisovelluksilla? Onko enää kotikoneelle tarvetta?)

3. Mitä jos yhdistettäisiin ennaltaehkäisevä päihdetyö ja mobiilisovellus?

- Miten ja millaisia mobiilisovelluksia kehittelisitte?
- Kenelle ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevat mobiilisovellukset kohdistettaisiin?
- Minkälaisia ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevia mobiilisovelluksia itse käyttäisitte mieluiten? (Simulaatio, avatar-hahmot, tietovisat, tasohyppelyt? Yksinpeli, kaksinpeli, monipeli?)
- Olisiko ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevat mobiilisovellukset mielestänne negatiivinen vai positiivinen asia?
- Näkyisikö ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen käytössä eroja tyttöjen ja poikien välillä?
- Miten usein uskoisitte käyttävänne ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevaa mobiilisovellusta? Käyttäisittekö sitä mielestänne enemmän yksin kuin ryhmässä? (Harvoin, usein, kotona, yksin, ryhmässä?)
- Olisiko mielestänne vuoden ajalla eroa ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevan mobiilisovelluksen käytössä? (Esim. koulun aloitus, kesäloma?)
- Mikä on nuorten ajatus ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä ja mobiilisovelluksesta?
- Voisiko tällaisella ennaltaehkäisevää päihdetyötä tukevalla mobiilisovelluksella mielestänne parantaa ennaltaehkäisevää päihdetyötä?

Liite 4 Havainnointilomake haastattelutilanteisiin

Nuorten puheen ja elekielen havainnointimittaristo.

Päivämäärä _____ kellonaika _____

NUORET (OSALLISTUJAMÄÄRÄ, NUORI 1, NUORI 2...)	
TAUSTATIEDOT (ONKO HUOMIOITA?) MAHDOLLISET HÄIRIÖ- TEKIJÄT	
HYMYILY SUHTAUTUMINEN TEE- MOIHIN	
KATSEKONTAKTI	
KEHON ASENTO (AVOIN, SULJETTU?)	
ÄÄNENSÄVY ILOINEN, HUOLETON, VIHAINEN...	
ÄÄNEN RYTMİ NOPEA, KIIHTYNYT, TASAINEN...	
MITEN OTTAA OSAA KESKUSTELUUN? AKTIIVISESTI, SILLOIN TÄLLÖIN, HARKITEN...	

Omat huomiot: Ympäristön kuvaus. Tunnelman kuvaus. Mitä parannettavaa? Muita ajatuksia ja pohdintoja.